JOE VITALE

IHALEAKALA HEW LEN

# Zero ograniczeń

## Sekret osiągnięcia bogactwa, zdrowia i harmonii ze światem

one press POWER!

*Dla Morrnah i Ka'i* — dr Hew Len

*Dla Marka Ryana i Nerissy* — dr Vitale

*Ho'oponopono* to wspaniały prezent, który pomaga człowiekowi poprawić jego relacje z Boską Mocą i uczy go, jak prosić o oczyszczenie z błędów w myślach, słowach, uczynkach lub działaniach. **Cały proces skupia się na wolności — absolutnej wolności od przeszłości.**

— Morrnah Nalamaku Simeona, Mistrzyni Nauki Ho'oponopono, autorka Tożsamości Ho'oponopono, odznaczona tytułem Żyjącego Skarbu Stanu Hawaje w 1983 roku przez Misję Hongwanji w Honolulu oraz Hawajskie Zgromadzenie Ustawodawcze



# Spis treści



# Podziękowania

Słowa wdzięczności należą się przede wszystkim dwóm osobom: Markowi Ryanowi, który jako pierwszy opowiedział mi o niezwykłym terapeucie, bohaterze tej książki, oraz doktorowi Ihale-akala Hew Len — cudownym terapeucie, którego z dumą zaliczam do grona moich najbliższych przyjaciół. Nerissa, miłość mojego życia, daje mi wsparcie i dba o utrzymanie ciepła domowego ogniska. Matt Holt i inni drodzy przyjaciele z John Wiley & Sons, Inc. to wspaniali ludzie. Współpraca z nimi to prawdziwy zaszczyt. Suzanne Burns jest moją główną asystentką i rzeczniczką. To ona dokonała pierwszej korekty rękopisu tej książki. W skład zespołu, który pomagał mi w realizacji tego projektu, wchodzili: Jillian Coleman-Wheeler, Cindy Cashman, Craig Perrine, Pat CBryan, Bill Hibbler oraz Nerissa Odeń. Mark Weisser i Mark Ryan przeczytali pierwszą wersję tej książki i pomogli mi dokonać w niej odpowiednich zmian. Chcę również podziękować Najwyższemu za to, że mnie prowadził podczas pisania tej książki. Wszystkim bardzo dziękuję.



# Przedmowa

## *Gdzie zaczyna się pokój*

Droga Morrnah Nalamaku Simeona, autorka i pierwsza mistrzyni nauki Tożsamości Ho'oponopono (ang. *Self I-Dentity Ho'opono-pono),* trzymała na biurku kartkę, na której widniał napis: „Pokój zaczyna się we mnie".

Doświadczyłem tego uczucia — pokoju ponad wszelkie zrozumienie — gdy pracowałem i podróżowałem razem z nią od grudnia 1982 roku aż do pamiętnego dnia w lutym 1992 roku w Kirchheim w Niemczech. Nawet leżąc na łożu śmierci, ogarnięta przez chaos, Morrnah emanowała spokojem, którego przeciętny człowiek nie byłby w stanie zrozumieć.

Zaszczytem i ogromnym szczęściem było dla mnie szkolenie, które przeszedłem u Morrnah w listopadzie 1982 roku, i możliwość uczestniczenia w jej życiu przez dziesięć lat. Od tamtego czasu regularnie stosuję się do nauk Tożsamości Ho'oponopono. Cieszę się, że dzięki pomocy mojego przyjaciela Joe Vitalego mój komunikat dotrze do różnych zakątków świata.

W rzeczywistości jednak moja wiadomość musi dotrzeć tylko do Ciebie, przeze mnie, ponieważ jesteśmy jednością, a wszystko dzieje się w środku.

Pokój od „Ja",
dr Ihaleakala Hew Len
Prezes honorowy
The Foundation of I, Inc. Freedom of the Cosmos
*http: //www. hooponopono. org*
*http: //www. businessbyyou. com/*



# Joe Vitale do polskiego czytelnika

Uwielbiam Polskę. W 2007 roku byłem z wizytą w Warszawie, która mnie urzekła. Byłem pod wrażeniem troskliwości i uwagi, jaką zostałem otoczony podczas dwóch seminariów, które wówczas poprowadziłem. To kraj niezwykłych ludzi, którzy zyskali wówczas w mych oczach olbrzymi szacunek; kraj, który z pewnością chciałbym jeszcze kiedyś odwiedzić. Jestem szczęśliwy, że moi przyjaciele z Polski będą mogli sięgnąć po tę książkę.



# Wstęp

## *Sekret Wszechświata*

W 2006 roku napisałem artykuł pod tytułem „Najbardziej niezwykły terapeuta na świecie". Opowiedziałem w nim o psychologu, który pomógł wyleczyć ogromne rzesze chorych umysłowo przestępców, nie przeprowadzając z żadnym z nich profesjonalnych sesji. Stosował on niezwykłą metodę uzdrawiania pochodzącą z Hawajów. Aż do 2004 roku nie słyszałem o nim ani o jego metodzie. Przez dwa lata szukałem informacji na jego temat, aż wreszcie go znalazłem. Poznałem jego metodę i wtedy napisałem ów, dzisiaj słynny, artykuł.

Mój artykuł szybko rozprzestrzenił się w intemecie. Jego kopie umieszczano na forach internetowych i przesyłano pocztą elektroniczną do ludzi ze wszystkich środowisk. Osoby z mojej listy na nmw. mrfire. com wysłały go do dziesiątek tysięcy odbiorców. Ci przesyłali go dalej członkom rodziny i znajomym. Według moich szacunków artykuł ten widziało około pięciu milionów ludzi.

Ludzie, którzy go przeczytali, nie mogli uwierzyć w to, co tam napisałem. Niektórzy poczuli inspirację. Inni byli sceptyczni. Ale wszyscy chcieli dowiedzieć się więcej. To ogromne pragnienie setek tysięcy ludzi doprowadziło do powstania tej książki.

Nawet jeśli przeczytałeś moją poprzednią książkę *Moc Przyciągania,* możesz nie zrozumieć cennych uwag, które tu ujawnię — przynajmniej nie od razu. Prosty proces, który przedstawię Ci w tej książce, pomoże Ci zrozumieć, jak udało mi się zamanifestować tyle osiągnięć, mimo że nie włożyłem w to szczególnego wysiłku. Oto kilka z nich:

- Mój program na kasecie *The Power of Outrageous Marketing* wydawnictwa Nightingale-Conant został wydany po *tym,* jak po 10 latach starań zrezygnowałem z dobijania się do ich drzwi.
- Jak to się stało, że przeszedłem długą drogę od bezdomności, przez ubóstwo, po nieudane próby pisania, aż w końcu stałem się autorem bestsellerów i guru marketingu internetowego, *nie mając żadnego planu?*
- Pragnienie przyciągnięcia do mojego życia sportowego samochodu BMW Z3 sprawiło, że *zainspirował* mnie pomysł marketingu internetowego, na który nikt wcześniej nie wpadł. Dzięki niemu zacząłem zarabiać 22 500 dolarów dziennie, czyli około ćwierć miliona rocznie.
- Pragnienie kupna posiadłości na wzgórzach w Teksasie i przeprowadzenia się do niej w czasie, gdy rozwodziłem się z żoną i borykałem się z problemami finansowymi, skłoniło mnie do rozpoczęcia nowej działalności, która przyniosła mi 50 000 dolarów *w jeden dzień.*
- Zrzuciłem 36 kilogramów nadwagi *po tym,* jak zrezygnowałem z prób schudnięcia i postanowiłem wypróbować inny sposób na realizację mojego pragnienia.
- Marzenie, żeby zostać autorem bestsellera sprawiło, że rzeczywiście napisałem bestseller, *mimo że tego nigdy nie planowałem a ta książka nie była nawet moim pomysłem.*
- Wziąłem udział w przebojowym filmie *The Secret,* mimo że *wcale* o to nie prosiłem, nie apelowałem, a także *nic* nie planowałem i nie organizowałem.
- Wystąpiłem w programie *Larry King Lwe* w listopadzie 2006 roku i po raz drugi w marcu 2007 roku, chociaż nic nie zrobiłem w tym kierunku.
- W chwili, gdy piszę te słowa, ważniacy z Hollywood rozważają sfilmowanie mojej książki *Moc Przyciągania* i negocjują ze mną warunki mojego własnego programu telewizyjnego.

Mógłbym wymieniać dalej, ale myślę, że rozumiesz już, co mam na myśli. W moim życiu ciągle dzieją się cuda. Ale *dlaczego* tak jest?

Kiedyś byłem bezdomny. Dziś jestem autorem bestsellerów, guru internetowym i multimilionerem.

Co takiego wydarzyło się w moim życiu, że odniosłem taki sukces?
Tak, podążałem za marzeniami.
Tak, nie bałem się działać.
Tak, byłem wytrwały.
Jednak czy wielu innych ludzi nie postępuje tak samo, a mimo to nie osiąga sukcesu?
Na czym polega różnica?
Jeśli krytycznym okiem spojrzysz na osiągnięcia, które tu wymieniłem, zauważysz, że żadnego z nich nie zawdzięczam samemu sobie. Tym, co je łączy, jest duch boskiego planu, którego byłem uczestnikiem — często mimowolnym.

Spróbuję Ci to wyjaśnić jeszcze inaczej: pod koniec 2006 roku, zafascynowany metodą tajemniczego hawajskiego terapeuty, poprowadziłem seminarium o nazwie *Poza manifestację* (ang. *Beyond Mani-festation; http: //www. beyondmanifestation. com/).* Poprosiłem wszystkich uczestników, żeby wymienili znane im sposoby na zamanifestowanie lub przyciągnięcie czegoś do swojego życia. Wymienili takie techniki jak afirmacje, wizualizacje, intencje, metody świadomości ciała, wczucie się w efekt końcowy, odgrywanie scenariuszy, Techniki Emocjonalnej Wolności (ang. *Emotional Freedom Techniques* — EFT), klepanie i wiele, wiele innych. Kiedy uczestnicy stworzyli spis wszystkich znanych im sposobów na wykreowanie własnej rzeczywistości, zapytałem ich, czy te metody zawsze działają, bez wyjątku.

Wszyscy zgodzili się, że nie są one stuprocentowo skuteczne.

— Dlaczego nie są? — zapytałem.

Nikt nie potrafił odpowiedzieć mi na to pytanie. Wtedy podzieliłem się z grupą pewną obserwacją:

— Wszystkie te metody mają swoje ograniczenia — stwierdziłem. — To zabawki, którymi bawi się wasz umysł, żebyście myśleli, że to wy rządzicie. Prawda jest taka, że władza nie jest w waszych rękach, a prawdziwe cuda zdarzają się wtedy, gdy odłożycie zabawki na bok i zaufacie swojemu wnętrzu, które nie ma żadnych ograniczeń.

Potem powiedziałem im, że miejsce, w którym chcieliby teraz być, znajduje się *za* tymi wszystkimi zabawkami i codziennym trajkotem umysłu — to coś, co nazywam Boską Mocą. Wyjaśniłem im, że istnieją co najmniej trzy etapy w życiu: najpierw człowiek jest ofiarą, potem zmienia się w kreatora własnego życia, aż w końcu —jeżeli dopisze mu szczęście — staje się sługą Boskiej Mocy. Na tym ostatnim etapie (o czym opowiem w dalszej części tej książki) dzieją się zadziwiające, cudowne rzeczy, niemalże bez żadnego wkładu z jego strony.

Dziś rano przeprowadziłem rozmowę z ekspertem od wytyczania i realizacji celów w związku z moim programem członkowskim Hipnotyczne Złoto (ang. *Hypnotic Gold; http: //www. hypnoticgold. com/).* Jest on autorem kilkunastu książek, które sprzedały się w milionach egzemplarzy. Ten człowiek potrafi uczyć ludzi, jak wytyczać odpowiednie cele. Jego filozofia sprowadza się głównie do tego, żeby wywołać w sobie palące pragnienie osiągnięcia czegoś. Jednak jego strategia jest niekompletna. Zapytałem go, co doradza ludziom, którzy nie umieją znaleźć w sobie dość motywacji, aby wytyczyć cel — nie mówiąc już o jego realizacji.

— Gdybym znał odpowiedź — zaczął — umiałbym rozwiązać większość problemów na świecie.

I dodał, że aby osiągnąć cel, człowiek musi marzyć o jego spełnieniu. Bez tego nie zachowa dyscypliny niezbędnej do jego realizacji.

— Ale co zrobić, jeśli nie jestem wystarczająco zdeterminowany? — spytałem.

— Wtedy nie osiągniesz swojego celu.

— To *co* mam zrobić, żeby poczuć odpowiednią motywację? Nie umiał odpowiedzieć.

W tym właśnie tkwi cały szkopuł. W pewnym punkcie wszystkie poradniki stylu życia i motywacyjne programy zawodzą. Jeżeli ktoś nie jest gotowy na to, żeby coś osiągnąć, nie zgromadzi on wystarczającej energii, aby to zamanifestować. W ten sposób powstaje przeszkoda nie do pokonania będąca bezpośrednią przyczyną porażki. Każdy z nas zna to uczucie, gdy pierwszego stycznia robimy sobie noworoczne postanowienia, a dzień później już o nich zapominamy. Mieliśmy dobre intencje, jednak zaistniała jakaś głęboka sprzeczność, która uniemożliwiła realizację naszych świadomych pragnień.

Jak zatem poradzić sobie z tym głębszym stanem, który nie jest „spragniony"?

W takiej sytuacji przyda Ci się hawajska metoda, którą opisałem w tej książce. Pomaga ona oczyścić *podświadomość,* w której zlokalizowana jest przeszkoda. Dezaktywuje ukryte programy, które powstrzymują Cię przed osiągnięciem Twoich pragnień, czy to dotyczących zdrowia, bogactwa, szczęścia, czy jeszcze czegoś innego. Wszystko dzieje się wewnątrz Ciebie.

Wyjaśnię Ci to bliżej w dalszej części tej książki. Na razie zastanów się nad tym:

W swojej książce *The User Illusion,* Norretranders tak definiuje istotę umysłowej przejażdżki kolejką górską, którą zaraz rozpoczniesz: „Wszechświat zaczął istnieć wtedy, gdy nic zobaczyło się w lustrze".

Mówiąc w skrócie, *Zero ograniczeń* to książka o powrocie do Stanu Zerowego, gdzie nic nie istnieje,

ale wszystko jest możliwe. Jest to stan, w którym nie ma myśli, słów, czynów, wspomnień, programów, przekonań ani niczego innego. Po prostu nie ma nic.

Lecz jednego dnia nic zobaczyło się w lustrze, a wtedy Ty się urodziłeś. Od tamtej chwili stworzyłeś lub podświadomie zaakceptowałeś i wchłonąłeś rozmaite przekonania, programy, wspomnienia, myśli, słowa, czyny itd. Wiele z tych programów wraca do początków istnienia.

Głównym zamierzeniem tej książki jest pomóc Ci doświadczać cudów sekunda po sekundzie. Jeśli uda Ci się to osiągnąć, w Twoim życiu zaczną dziać się cuda — takie same jak te, które przed chwilą opisałem. Będą one ściśle związane z Tobą i Twoimi marzeniami. I będą tak samo zachwycające, magiczne i cudowne.

Moje doświadczenia związane z tym duchowym statkiem kosmicznym, który ma moc nieporównywalną z niczym innym, są wręcz nieopisane. Odniosłem sukces, o którym nigdy nawet nie śmiałem marzyć. Nabyłem nowe umiejętności, a moja miłość do samego siebie i do świata jest na poziomie zrozumienia słów, które często trudno jest opisać. Żyję niemalże w permanentnym stanie podziwu.

Spróbuję ująć to inaczej: każdy ma soczewkę, przez którą patrzy na świat. Religie, filozofie, terapie, pisarze, mówcy, guru i producenci świeczników prezentują określony punkt widzenia. W tej książce dowiesz się, jak pozbyć się obecnych soczewek i jak korzystać z nowej. Gdy to osiągniesz, znajdziesz się w miejscu, które nazywam „Zero Ograniczeń".

Musisz wiedzieć, że to jest pierwsza w historii książka, która opisuje uaktualnioną hawajską metodę uzdrawiania, Tożsamość Ho'opono-pono. Pamiętaj jednak, że mówi ona o doświadczeniach zaledwie jednego człowieka: mnie. Napisałem ją z błogosławieństwem terapeuty, który nauczył mnie tej wspanialej metody, jednak nie zmienia to faktu, że przedstawiłem tu własny punkt widzenia. Aby w pełni zrozumieć Tożsamość Ho'oponopono, musiałbyś wziąć udział w weekendowym szkoleniu i doświadczyć tej metody na własnej skórze (terminy szkoleń znajdziesz na stronach *http: //www. hooponopono. org/* oraz *http: //www. zerolimits. info/).*

Treść całej książki można podsumować w jednym wyrażeniu — wyrażeniu, którego nauczysz się używać; które ujawni największy sekret wszechświata; które już teraz chcę powiedzieć Tobie i Boskiej Mocy:

„Kocham Cię".

Weź bilet i zajmij miejsce. Pociąg do Twojej duszy szykuje się do odjazdu.

Trzymaj kapelusz, żeby Ci nie spadl w trakcie podróży.

Kocham Cię. *Aloha no wau ia oe.* dr Joe Vitale (Ao Akua)
Austin, Teksas *http: //www. mrfire. com/*

*Wszechświat zaczął istnieć wtedy, gdy nic przejrzało się w lustrze.*

— Tor Norretranders, *The UserIllusion*



# Przygoda się zaczyna

*Pokój niech będzie z Tobą, cały mój Pokój. O ka Maluhia no me oe, Ku'u Maluhia a pau loa.*

W sierpniu 2004 roku przemawiałem na dorocznym zjeździe Krajowego Stowarzyszenia Hipnotyzerów, gdzie miałem również swoje stoisko. Czułem wibrującą w powietrzu energię i cieszyłem się na spotkania z ludźmi, będące okazją do nawiązania nowych kontaktów. Jednak nie byłem przygotowany na wydarzenie, które miało odmienić moje życie.

Na moim stoisku nie byłem sam. Towarzyszył mi przyjaciel Mark Ryan, który tak samo jak ja jest hipnoterapeutą. Mark to osoba elo-kwentna, otwarta i ciekawa świata, która z wnikliwością i zapałem bada wszystkie tajemnice życia. Stojąc razem na stoisku, często prowadziliśmy dyskusje, które nieraz trwały po kilka godzin. Rozmawialiśmy o mistrzach terapii takich jak Milton Erickson, ale również o mniej znanych szamanach. Podczas jednej z takich dyskusji Mark zaskoczył mnie pytaniem:

— Słyszałeś o terapeucie leczącym ludzi, których nigdy widział na oczy?

Byłem zdumiony. Wiem, że są uzdrowiciele, którzy leczą na odległość, ale Mark mówił chyba o czymś innym.

— To psycholog, który wyleczył cały oddział psychiczne cho rych przestępców, mimo że nigdy nie spotkał się z żadnym ze swoich pacjentów.

—Jak to zrobił?

— Zastosował hawajski system uzdrawiania o nazwie ho'opo-nopono.

— Ho-o-co? —zapytałem.

Prosiłem Marka, żeby powtórzył mi to słowo kilkanaście razy. Nigdy wcześniej go nie słyszałem. Mark nie znał szczegółów tej historii i nie wiedział, na czym polega metoda, więc nie mógł mi powiedzieć dużo więcej na ten temat. Byłem zaciekawiony, ale jednocześnie sceptyczny. Pomyślałem, że to pewnie jakaś miejska legenda. Uzdrawianie ludzi, których nigdy się nie widzi? Tak, jasne.

Potem Mark opowiedział mi następującą historię:

— 16 lat podróżowałem do Mount Shasta w Kalifornii w poszukiwaniu samego siebie. Mój przyjaciel, który tam mieszka, dał mi niewielką broszurę, której nigdy nie zapomnę. Niebieskimi literami na białym tle opisano w niej hawajskiego terapeutę i jego metodę. Czytałem ten artykuł wiele razy. Nie wyjaśniał on, co dokładnie robił terapeuta; mówił jedynie o tym, że leczył ludzi, stosując własną, szczególną metodę.

— Gdzie teraz jest ta ulotka? — zapytałem. Chciałem ją przeczytać.

— Nie mogę jej znaleźć — odpowiedział Mark. — Ale coś kazało mi powiedzieć ci o niej. Wiem, że mi nie wierzysz, ale jestem tak samo zafascynowany tą historią jak ty. Też chciałbym dowiedzieć się czegoś więcej.

Następny zjazd był za rok. W trakcie miesięcy poprzedzających kolejną konwencję hipnotyzerów przeczesywałem Internet w poszukiwaniu informacji na temat terapeuty, który leczy ludzi, nie spotykając się z nimi, lecz nic nie znalazłem. Owszem, natrafiłem na kilka artykułów mówiących o leczeniu na odległość (polega ono na tym, że uzdrowiciel leczy pacjenta, mimo że ten nie znajduje się w jego gabinecie), ale czułem, że metoda hawajskiego terapeuty to coś zupełnie innego. Jak się później dowiedziałem, w jego technice nie ma *żadnego* dystansu. Najgorsze, że nie umiałem przeliterować zwrotu *ho'opono-pono,* więc nie mogłem wpisać go w wyszukiwarce. W końcu odpuściłem sobie ten temat.

W 2005 roku, podczas kolejnego dorocznego zjazdu hipnotyzerów, Mark znów wspomniał o hawajskim terapeucie.

— Znalazłeś coś na jego temat? —zapytał.

— Nie znam jego nazwiska i nie wiem, jak się pisze to dziwne słowo — odpowiedziałem. — Nic nie udało mi się znaleźć.

Mark to przebojowy człowiek. Zrobiliśmy sobie przerwę, wyjęliśmy laptopa, znaleźliśmy bezprzewodowe połączenie z internetem i rozpoczęliśmy poszukiwania. Nie trwało długo, aż znaleźliśmy główną i jedyną oficjalną stronę ho'oponopono pod adresem *www. hooponopono. org.* Znaleźliśmy na niej kilka artykułów, które dały nam ogólny pogląd na to, co niedługo później pochłonęło mnie bez reszty.

Znalazłem definicję ho'oponopono: „Ho'oponopono to proces uwalniania toksycznej energii nagromadzonej w organizmie, który pozwala na przyjęcie **boskich** myśli, słów, czynów i działań".

Nie miałem pojęcia, co to znaczy, więc poszukałem innego wyjaśnienia. Oto, co znalazłem:

„Mówiąc najprościej, Ho'oponopono oznacza »polepszyć« albo »naprawić błąd«. Według starożytnych Hawajczyków, błędy biorą się z myśli, które są naznaczone bolesnymi wspomnieniami z przeszłości. Ho'oponopono pomaga uwolnić energię bolesnych myśli i błędów, które zaburzają wewnętrzną równowagę i wywołują choroby".

Rzeczywiście interesujące. Jednak co to oznacza?

Szukając na stronie internetowej informacji na temat tajemniczego psychologa, który leczy ludzi, nie widując się z nimi, dowiedziałem się, że istnieje unowocześniona forma ho'oponopono: „Tożsamość poprzez Ho'oponopono" (ang. *Self I-Dentity through Ho'opo-nopono — SITU).*

Nawet nie udawałem, że rozumiem, co to wszystko znaczy. Mark również. Razem odkrywaliśmy nowy ląd. Nasz laptop był koniem, który prowadził nas w głąb tego lądu. Szukaliśmy odpowiedzi. Z przejęciem otwieraliśmy kolejne strony.

Znaleźliśmy artykuł, który rzucił nieco światła na całą sprawę:

**Tożsamość poprzez Ho'oponopono Wzięcie na siebie całej odpowiedzialności za**

**problemy klientów**
*dr Ihaleakala Hew Len i LMT[1] Charles Brown*

Terapeuta prezentujący tradycyjne podejście do procesu leczenia i rozwiązywania problemów wychodzi z założenia, że źródło problemu tkwi w jego kliencie, a nie w nim samym. Uważa, że jego zadaniem jest pomóc klientowi w rozwiązaniu jego problemu. Czy te przekonania mogły doprowadzić do systemowego wyczerpania w uzdrowicielskiej profesji?

Aby skutecznie rozwiązać problem, *terapeuta musi chcieć wziąć na siebie całą odpowiedzialność za powstanie problematycznej sytuacji; musi rozumieć, że źródłem problemu są błędne myśli w jego głowie, a nie w umyśle klienta. Terapeuci nigdy nie dostrzegają tego, że za każdym razem, gdy pojawia się problem, oni są na miejscu!*

Wzięcie na siebie stuprocentowej odpowiedzialności za określony problem umożliwia terapeucie wzięcie na siebie również pełnej odpowiedzialności za jego rozwiązanie. Stosując zaktualizowaną metodę Ho'oponopono opierającą się na żalu, wybaczeniu i przeobrażeniu, stworzoną przez Kahuna Lapa'au Morrnah Nalamaku Simeona, terapeuta jest w stanie przemienić błędne przekonania (zarówno własne, jak i klienta) w doskonałe myśli o MIŁOŚCI.

LMT (Licensed massage therapist) — licencjonowany terapeuta masażysta — *przyp. tłum.*

Jej oczy są pełne łez. W kącikach jej ust widać głębokie bruzdy.

— Martwię się o mojego syna — cicho wzdycha Cynthia. — Znowu zaczął brać narkotyki.

Kobieta opowiada swoją bolesną historię, a w tym czasie ja *zaczynam oczyszczać się z błędnych myśli, które pojawiły się w mojej głowie jako jej problem.*

Gdy błędne myśli zostaną zastąpione myślami pełnymi miłości u terapeuty, członków jego rodziny i krewnych, ten sam proces zajdzie u klienta, a także u jego rodziny i krewnych. Zaktualizowana metoda Ho'oponopono pozwala na bezpośrednią współpracę terapeuty z Pierwotnym Źródłem, które może przemienić błędne myśli w MIŁOŚĆ.

Jej oczy wysychają. Bruzdy wokół ust nabierają łagodniejszych kształtów. Uśmiecha się, a na jej twarzy rysuje się ulga.
— Nie wiem dlaczego, ale czuję się lepiej.
Ja też nie wiem dlaczego. Naprawdę. Zycie jest tajemnicą — za wyjątkiem MIŁOŚCI, która wie wszystko. Dlatego nie zastanawiam się nad tym dłużej, tylko dziękuję MIŁOŚCI, bo to z niej płynie całe błogosławieństwo.

Rozwiązując problemy za pomocą zaktualizowanej metody Ho'oponopono, terapeuta łączy swoją Tożsamość i Umysł z Pierwotnym Źródłem, które inni nazywają MIŁOŚCIĄ lub BOGIEM. Kiedy już nawiąże to połączenie, zwraca się do MIŁOŚCI z prośbą o naprawienie własnych błędnych myśli, które objawiają się jako problem — najpierw jego własny, a potem jego klienta. Jego prośba to proces oparty na żalu i wybaczeniu: „Przepraszam za moje błędne myśli, które stały się problemem dla mnie i dla mojego klienta; wybacz mi, proszę".

W odpowiedzi na prośbę terapeuty, MIŁOŚĆ rozpoczyna mistyczny proces przemiany błędnych myśli. W trakcie tego procesu duchowej naprawy MIŁOŚĆ najpierw neutralizuje błędne emocje będące przyczyną problemu, takie jak uraza, strach, złość, poczucie winy czy dezorientacja, a potem uwalnia i neutralizuje energię myśli, wprowadzając je w stan pustki i prawdziwej wolności.

Kiedy myśli są już puste i wolne, MIŁOŚĆ wypełnia je sobą. W efekcie terapeuta odnawia się w MIŁOŚCI, a razem z nim również jego klient oraz wszystko to, co miało związek z problemem. Tam, gdzie była rozpacz, teraz jest MIŁOŚĆ. Tam, gdzie była ciemność, teraz jaśnieje Światło MIŁOŚCI.

Technika Tożsamości poprzez Ho'oponopono pokazuje ludziom, kim naprawdę są i jak mogą rozwiązać swoje problemy chwila po chwili, jednocześnie odnawiając się w MIŁOŚCI w trakcie całego procesu. Szkolenie Ho'oponopono rozpoczyna się od dwugodzinnego darmowego wykładu. Uczestnicy dowiadują się, w jaki sposób ich myśli przeobrażają się w problemy duchowe, umysłowe, emocjonalne, fizyczne, relacyjne i finansowe w ich życiu oraz w życiu ich rodzin, krewnych, przyjaciół, sąsiadów i znajomych. W trakcie weekendowego szkolenia uczestnicy dowiadują się, czym tak naprawdę są problemy, gdzie są zlokalizowane, jak je rozwiązywać za pomocą ponad dwudziestu pięciu procesów i jak zatroszczyć się o siebie samego. Główny nacisk kładziony jest na to, żeby poczuć się w stu procentach odpowiedzialnym za siebie i za własne życie. Wtedy problemy rozwiążą się same, bez żadnego wysiłku.

W zaktualizowanym procesie Ho'oponopono najwspanialsze jest to, że człowiek poznaje siebie od nowa przez cały czas, a z każdym kolejnym zastosowaniem procesu zaczyna coraz bardziej doceniać odnawiający się cud MIŁOŚCI.

Wspólnie z Markiem przeczytaliśmy artykuł i zaczęliśmy się zastanawiać, który z terapeutów był tym, którego szukaliśmy: Charles Brown czy dr Hew Len. Nie mieliśmy zielonego pojęcia. Kim była ta Morrnah wspomniana w artykule? I czym była Tożsamość *Ho-o-proszę* ?

**W moim życiu i w relacjach z ludźmi postępuję zgodnie z następującymi wskazówkami:**

1. Fizyczny wszechświat jest urzeczywistnieniem moich myśli.
2. Jeżeli moje myśli są szkodliwe, tworzą szkodliwą, fizyczną rzeczywistość.
3. Jeżeli moje myśli są doskonale, tworzą fizyczną rzeczywistość pełną MIŁOŚCI.

4. Jestem w stu procentach odpowiedzialny za to, jak w tej chwili wygląda mój fizyczny wszechświat.

5. Jestem w stu procentach odpowiedzialny za szkodliwe myśli, które przyczyniły się do powstania chorej rzeczywistości.

6. Nie ma czegoś takiego, jak „tam". Jedyne, co istnieje, to myśli w mojej głowie.

Szukaliśmy dalej.

Przeczytaliśmy kilka kolejnych artykułów, które rzuciły pewne światło na całą sprawę. Znaleźliśmy w nich ciekawe spostrzeżenia, takie jak: „Tożsamość przez Ho'oponopono postrzega każdy problem niejako męczarnię, lecz jako nową szansę. Problemy to tylko powracające wspomnienia z przeszłości, które dają nam kolejną szansę na to, żeby spojrzeć na świat oczyma MIŁOŚCI i zacząć działać pod wpływem inspiracji".

Byłem zaciekawiony, ale wciąż nie rozumiałem. Problemy to „powracające wspomnienia z przeszłości"? Proszę? Co autorzy próbowali wyjaśnić? Jak to ho-cośtam pomagało terapeucie leczyć ludzi? A w ogóle, kim był ten terapeuta?

Znalazłem jeszcze jeden artykuł, napisany przez reportera Darrella Sifforda, opowiadający o spotkaniu z twórczynią procesu ho-opo--cośtam. Nazywała się Morrnah i była „kahuna" — strażniczką sekretów. Kiedy ktoś wymaga uzdrowienia, Morrnah „zwraca się do Boskiego Twórcy wybranego przez nas »poprzez boskość, która jest w każdej osobie... i która jest prawdziwym przedłużeniem Boskiego Twórcy«".

Może Ty to rozumiesz. Ja wtedy jeszcze nie wiedziałem, o co chodzi. Mark również. Najwyraźniej Morrnah wypowiadała jakieś slowa — swoistą modlitwę —■ które uruchamiały proces uzdrawiania. Zapamiętałem sobie, że muszę poznać tekst tej modlitwy, ale na razie miałem inną misję: znaleźć terapeutę i nauczyć się jego metody uzdrawiania. Coraz bardziej chciałem poznać tego szamańskiego terapeutę. Mark i ja już dawno powinniśmy wracać do naszego stoiska na zjeździe, ale nie zrobiliśmy tego, tylko kontynuowaliśmy nasze poszukiwania.

Z tego, co wyczytaliśmy na stronach internetowych, nasz tajemniczy terapeuta nazywał się Ihaleakala Hew Len. Ciekawe imię, nie ma co. Nie miałem pojęcia, jak to wymówić, nie mówiąc już o przeliterowaniu. Nie wiedziałem również, jak odnaleźć tego człowieka. Na jego stronie nie było żadnych danych kontaktowych. Wpisaliśmy jego nazwisko w Google, ale wyszukiwarka nie znalazła nic na jego temat. Zaczęliśmy już się zastanawiać, czy ten eteryczny terapeuta naprawdę istnieje; może przeszedł na emeryturę albo już nie żyje?

Zamknąłem laptopa i wróciłem na zjazd.

Lecz moja przygoda już trwała.



# Odnalezienie najbardziej niezwykłego terapeuty na świecie

*Kto patrzy na zewnątrz, śni; kto patrzy do wewnątrz, budzi się.*
— Carl Jung

Po powrocie do domu do Austin nie mogłem otrząsnąć się z historii o terapeucie, który leczył ludzi, nie widując się z nimi. Na czym polegała jego metoda? Kim był? A może to był jakiś przekręt?

Tych, którzy znają historię mojego życia opisaną przeze mnie w książkach *Aduentures Within* i *Moc Przyciągania* i wiedzą, że ostatnie 20 lat poświęciłem zagadnieniom związanym z rozwojem osobistym i samodoskonaleniem, nie powinno dziwić, że chciałem dowiedzieć się czegoś więcej. Zawsze byłem ciekawy świata. Spędziłem siedem lat z kontrowersyjnym guru. Przeprowadziłem wiele interesujących rozmów z mentorami i mędrcami, autorami książek i mówcami, mistykami i czarodziejami umysłu. Dzięki temu, że moje ostatnie książki odniosły ogromny sukces, do grona moich przyjaciół dołączyło wielu znanych ekspertów w dziedzinie rozwoju osobistego. Jednak historia o tajemniczym terapeucie nie dawała mi spokoju. To było coś zupełnie innego — prawdziwy przełom.

Musiałem dowiedzieć się więcej.

Dlatego powróciłem do moich poszukiwań. W przeszłości zatrudniałem prywatnych detektywów, żeby odnaleźli dla mnie zaginione osoby. Skorzystałem z ich pomocy, gdy pisałem książkę o geniuszu reklamy Brusie Bartonie, *The Seuen Lost Secrets oj Success.* Postanowiłem zatrudnić profesjonalistę, żeby znalazł dla mnie doktora Hew Len, gdy nagle zdarzyła się dziwna rzecz.

Pewnego dnia, gdy po raz kolejny przeczesywałem internet w poszukiwaniu informacji o doktorze Hew Len, znalazłem stronę, na której wymieniono jego nazwisko. Nie miałem pojęcia, dlaczego ta strona nie wyświetliła mi się podczas wcześniejszych poszukiwań. Najważniejsze, że ją znalazłem.

Na stronie nie podano wprawdzie numeru telefonu doktora Hew Len, ale umożliwiono kontakt e-mailowy w celu osobistej konsultacji z terapeutą. Ten sposób prowadzenia terapii wydawał mi się dość dziwny, ale cóż, w dobie internetu wszystko jest możliwe. Uznałem, że to będzie najlepszy sposób na nawiązanie bezpośredniego kontaktu z doktorem Hew Len, więc wysłałem do niego e-mail za pośrednictwem strony internetowej. Byłem tak przejęty, że aż trudno to opisać. Co odpowie? Czy napisze *coś,* co mnie oświeci? Czyjego e-mail mnie uleczy?

Tamtej nocy nie mogłem zasnąć, tak bardzo nie mogłem doczekać się odpowiedzi na mój e-mail. Następnego dnia odebrałem następującą wiadomość:

Drogi Joe

Dziękuję za prośbę o konsultację. Zazwyczaj przeprowadzam konsultacje przez internet lub faks. Ludzie opisują swój problem lub zmartwienie, a następnie ja je przetwarzam i zagłębiam się w medytację, w trakcie której zwracam się do Boskiej Mocy z prośbą o wskazówki. Potem odpisuję w e-mailu, jakie odpowiedzi otrzymałem podczas medytacji.
Dzisiaj, gdy bytem na lunchu, klient z Hawajów, prawnik, wystat mi faks, w którym opisał swój problem. Zamierzam przetworzyć te dane, a następnie oddać się medytacji. Odpowiedzi, które otrzymam od Boskiej Mocy, niezwłocznie przekażę mojemu klientowi.

Więcej informacji na temat mojej działalności można znaleźć na stronie www. hooponopono. org.
Skontaktuj się ze mną, jeśli chcesz skorzystać z mojej pomocy.
Życzę Ci Pokoju ponad wszelkie zrozumienie.
Pokój od „Ja"
dr Ihaleakala Hew Len

To była dziwna wiadomość. Ten człowiek rozmawia z Boską Mocą? Z jego usług korzystają prawnicy? Nie wiedziałem o nim dość dużo, by móc wydać opinię na temat jego metod, ale z pewnością chciałem dowiedzieć się więcej.

Od razu postanowiłem poprosić go o konsultację przez e-mail. Jej koszt wynosił 150 dolarów. Dla mnie to była nieznacząca kwota. Wreszcie mogłem porozmawiać z tak długo poszukiwanym psychologiem cudotwórcą! Byłem bardzo podekscytowany.

Zacząłem się zastanawiać, o co powinienem go zapytać. W życiu powodziło mi się całkiem dobrze. Odniosłem sukces, miałem swoje książki, samochody, domy, życiową partnerkę, zdrowie i szczęście, o którym większość ludzi marzy. Zrzuciłem 36 kilo nadwagi i czułem się świetnie — no, może powinienem schudnąć jeszcze jakieś 7 kilo. Ponieważ utrata wagi zawsze przychodziła mi z trudem, postanowiłem poprosić doktora Hew Len o konsultację w tej sprawie. Odpowiedział w ciągu 24 godzin:
Joe, dziękuję za odpowiedź.

Kiedy spojrzatem, usłyszatem: „U niego wszystko jest w porządku".

Porozmawiaj ze swoim ciałem. Powiedz do niego: „Kocham Cię takim, jakim jesteś. Dziękuję, że jesteś ze mną. Jeżeli kiedykolwiek czułeś, że się nad Tobą znęcam, wybacz mi, proszę". W tym momencie zrób przerwę. W trakcie dnia złóż wizytę swojemu ciału. Niech będzie przepełniona miłością i wdzięcznością. „Dziękuję, że mnie transportujesz tam, gdzie chcę. Dziękuję za wszystkie oddechy, za każde bicie serca".

Potraktuj swoje ciało jak życiowego partnera, a nie jak służącego. Rozmawiaj z nim tak, jakbyś mówił do małego

dziecka. Zaprzyjaźnij się z nim. Ciało potrzebuje dużo wody, żeby dobrze funkcjonować. Czasami możesz czuć, że jest głodne, jednak ono tak naprawdę chce Ci powiedzieć, że jest spragnione.

Picie Błękitnej Słonecznej Wody pomaga przeobrazić wspomnienia i powracające problemy przechowywane w podświadomym umyśle (Dziecku), a także ułatwia „Odpuszczenie sobie i wpuszczenie Boga". Kup butelkę z niebieskiego szkła. Nalej do niej wody. Zakorkuj ją albo owiń wylot celofanem. Postaw ją w słonecznym miejscu albo pod zapaloną lampą i trzymaj tam co najmniej godzinę. Wypij wodę; opłucz nią ciało po kąpieli lub prysznicu. Używaj Błękitnej Słonecznej Wody do gotowania, prania i do wszystkich innych czynności, do których potrzebna jest woda. Możesz na niej zaparzyć kawę albo zrobić sobie gorącą czekoladę.

Z Twojego e-maila bije elegancka prostota — jest to niezrównany dar.

Może spotkamy się kiedyś znowu, jako towarzysze podróży w drodze do domu.
Życzę Ci Pokoju ponad wszelkie zrozumienie.
Pokój od „Ja"
Ihaleakala

Uradował mnie spokój bijący z tej wiadomości, jednak ja chciałem czegoś więcej. Czy właśnie tak wyglądają konsultacje? Czy w taki sposób ten terapeuta wyleczył umysłowo chorych pacjentów? Jeśli tak, to czegoś tu naprawdę brakowało. Wątpię, czy większość ludzi zaakceptowałaby ten e-mail jako ostateczny werdykt w kwestii utraty wagi. Stwierdzenie: „Z tobą wszystko jest w porządku" niczego nie rozwiązuje.

Dlatego odpisałem na ten e-mail z prośbą o więcej informacji. Oto, jaką odpowiedź otrzymałem:

Drogi Joe

Pokój zaczyna się we mnie.

Moje problemy to powracające wspomnienia przechowywane w podświadomości. Nie mają one nic wspólnego z kimkolwiek ani czymkolwiek. Są tym, co Szekspir poetycko nazwał w jednym ze swoich sonetów „przed-optakiwanymi lamentami".

Kiedy czuję powracające problemy z przeszłości, mam wybór: mogę się w nie zaangażować albo zwrócić się do Boskiej Mocy z prośbą, by uwolniła mnie od nich poprzez przeobrażenie, przywracając mój umysł do pierwotnego stanu Zera, pustki... wolnej pamięci. Gdy jestem wolny od wspomnień, staję się swoim Boskim Ja, ponieważ Bóg stworzył mnie na swoje podobieństwo.

Gdy moja podświadomość znajduje się w Stanie Zerowym, jest ona ponadczasowa, nieograniczona, nieskończona i nieśmiertelna. Jeśli natomiast rządzą w niej wspomnienia, blokuje się w czasie, miejscu, problemach, niepewności, chaosie, myślach, powtarzaniu i zarządzaniu. Dając władzę wspomnieniom, rezygnuję z jasności umysłu i izoluję się od Boskiej Mocy. Bez współpracy z nią nie poczuję Inspiracji. A bez Inspiracji nie znajdę Celu.

W trakcie mojej pracy z klientami zawsze proszę Boską Moc, by dokonata przemiany wspomnień zakodowanych w mojej podświadomości, które powracają jako wyobrażenia, myśli i reakcje. Kiedy osiągam Stan Zerowy, Boska Moc przepełnia moją podświadomość i świadomy Umysł Inspiracją, pozwalając Duszy doświadczać ludzi w taki sam sposób, w jaki ona ich doświadcza.

Dzięki działaniu Boskiej Mocy, wspomnienia, które ulegają przeobrażeniu w mojej podświadomości, przechodzą taką samą przemianę w podświadomości wszystkich umysłów — nie tylko ludzkich, ale również minerałów, zwierząt, roślin i wszystkich innych znanych lub nieznanych form istnienia. Jak cudownie jest odkryć, że Pokój i Wolność zaczynają się we mnie.

Pokój od „Ja"

Ihaleakala

Niestety, nadal nie rozumiałem. Zapytałem hawajskiego terapeutę, czy mógłbym z nim popracować i poznać go bliżej, ponieważ chciałbym napisać o nim książkę. Wydawało mi się, że to świetny pomysł na to, żeby skłonić go do wyjawienia sekretów na temat jego metody i dowiedzieć się czegoś więcej na temat jego pracy w szpitalu psychiatrycznym. Powiedziałem, że w ten sposób pomożemy innym ludziom i zapewniłem, że ja wykonam większość pracy. Wysłałem mu e-mail, w którym przedstawiłem moją propozycję i czekałem na odpowiedź. Oto ona:

Drogi Joe

**„Pokój zaczyna się we mnie".**

Ludzkość zgromadziła uzależniające wspomnienia, które każą im postrzegać innych tak, jakby potrzebowali

pomocy i wsparcia.
Tożsamość przez Ho'oponopono (SITH) pomaga uwolnić z naszej podświadomości wspomnienia, które utrwalają pogląd, iż problemy biorą się z zewnątrz, a nie z naszego wnętrza.

Każdy z nas przychodzi z istniejącymi już „przed- opłakiwanymi lamentami". Problematyczne wspomnienia nie mają nic wspólnego z ludźmi, miejscami ani sytuacjami. To możliwości, które należy uwolnić.

Głównym celem SITH jest odtworzenie Tożsamości człowieka i odszukanie jego naturalnego rytmu w Boskiej Inteligencji. Jeżeli ten pierwotny rytm zostanie przywrócony, otwiera się Zero, a Duszę wypełnia Inspiracja.

Z historycznego punktu widzenia ludzie, którzy uciekają się do SITH, chcą się dzielić informacjami z innymi, licząc na to, że w ten sposób im pomogą. Wyłączenie trybu „Mogę im pomóc" jest bardzo trudne. Nie wystarczy „wyjaśnić", jak działa SITH, żeby pozbyć się problematycznych wspomnień. Tylko sama SITH może tego dokonać.

Jeśli z własnej woli oczyścimy się z „przed opłakiwanych lamentów", poczujemy się dobrze, a razem z nami również wszyscy i wszystko dookoła. Dlatego odradzamy dzielenie się SITH z innymi ludźmi. Najpierw trzeba zapomnieć o cudzych problemach i samemu się wyzwolić, a dopiero potem można próbować pomóc innym.
„Pokój zaczyna się we mnie"
Pokój od „Ja" Ihaleakala

Niestety, *nadal* nie rozumiałem. Napisałem do niego kolejny list, tym razem z prośbą o rozmowę telefoniczną. Zaproponowałem, że przeprowadzę z nim wywiad. Zgodził się. Umówiliśmy się na rozmowę na piątek. Byłem tak przejęty, że napisałem do mojego przyjaciela Marka Ryana i podzieliłem się z nim tą nowiną — wreszcie porozmawiam z tajemniczym hawajskim szamanem, o którym opowiedział mi kilka lat wcześniej. Mark również był bardzo podekscytowany.

Obaj byliśmy ciekawi, jak potoczy się ta rozmowa.

Nie mieliśmy pojęcia, co nas czekało.



# Nasza pierwsza rozmowa

*Każdy człowiek bierze ograniczenia własnego pola widzenia za ograniczenia całego świata.*

— Arthur Schopenhauer

W końcu, 21 października 2005 roku, odbyłem pierwszą rozmowę z doktorem Hew Len. Jego pełne imię i nazwisko to Ihaleakala Hew Len. Poprosił jednak, żebym mówił na niego „E". Tak —jak ta litera alfabetu. Dobrze. Żaden problem. Moja pierwsza rozmowa telefoniczna z JE" trwała około godziny. Poprosiłem go, żeby opowiedział mi całą historię o swojej pracy w zawodzie terapeuty.

Wyjaśnił, że przez trzy lata pracował w Hawajskim Szpitalu Stanowym. Oddział, na którym trzymano chorych psychicznie przestępców, był bardzo niebezpieczny. Pracownicy szpitala często brali urlop chorobowy albo po prostu zwalniali się z pracy. Ludzie chodzili po korytarzach, opierając się plecami o ścianę, aby ustrzec się niespodziewanego ataku ze strony pacjentów. To nie było miłe miejsce do pracy, odwiedzin ani jakiejkolwiek innej formy spędzania czasu.

Doktor Hew Len („E") przyznał, że nigdy nie spotykał się służbowo ze swoimi pacjentami. Nigdy nie udzielał im porad. Jedynie przeglądał ich akta, a po zapoznaniu się z nimi zaczynał pracę nad sobą. W efekcie stan zdrowia pacjentów poprawiał się.

Historia hawajskiego terapeuty zrobiła się jeszcze ciekawsza, gdy dowiedziałem się, że: „po kilku miesiącach terapii pacjentom, których dotąd zakuwano w kajdanki, pozwolono swobodnie spacerować po szpitalu. Innym, którzy zażywali silne środki, zmniejszono dawki leków. Pacjentów, którym nie dawano żadnych szans na wyleczenie, wypisywano ze szpitala".

Byłem pełen podziwu.

— To nie wszystko — kontynuował mój rozmówca. — Pracow nicy szpitala zaczęli lubić swoją pracę. Skończyły się urlopy choro bowe, zniknął też problem rotacji kadr. Doszło do tego, że mieliśmy więcej personelu, niż potrzebowaliśmy, bo z jednej strony zmniejszyła się liczba pacjentów, a z drugiej pracownicy szpitala zaczęli regularnie przychodzić do pracy. Dzisiaj ten oddział jest nieczynny.

Wtedy musiałem zadać pytanie za sto punktów:

— Co takiego robiłeś ze sobą, że ci ludzie tak się zmienili?

— Po prostu oczyszczałem tę część siebie, którą z nimi dzieliłem.

— Ze co?

Nie rozumiałem.

Dr Hew Len wyjaśnił, że *wszystko* w moim życiu — właśnie dlatego, że *to jest moje życie* — to moja odpowiedzialność. Mówiąc dosłownie, cały świat jest moim dziełem.

To było trudne do przełknięcia. Bycie odpowiedzialnym za to, co mówię lub robię to jedna rzecz, ale wzięcie na siebie odpowiedzialności za to, co mówią i robią *wszyscy* w moim życiu, to już zupełnie coś innego.

Jednak taka właśnie jest prawda: jeśli bierzesz całkowitą odpowiedzialność za swoje życie, wtedy wszystko, co widzisz, słyszysz, smakujesz, dotykasz lub jeszcze inaczej doświadczasz, *jest* Twoją odpowiedzialnością, ponieważ *to jest Twoje życie.*

A to oznacza, że wszystko, co Cię irytuje, co Ci się nie podoba — terroryści, prezydent, gospodarka — możesz uzdrowić tylko Ty sam. W pewnym sensie ci ludzie i sytuacje nie istnieją; to tylko odwzorowanie tego, co się dzieje w Twoim wnętrzu.

To nie oni mają problem, tylko Ty.

A żeby ich zmienić, musisz najpierw zmienić siebie.

Wiem, że to jest trudne do zrozumienia. Jeszcze trudniej jest to zaakceptować i zacząć żyć według tych zasad. Obwinianie innych jest dużo prostsze niż wzięcie na siebie stuprocentowej odpowiedzialności. Jednak słuchając doktora Hew Len, zacząłem zdawać sobie sprawę z tego, że w ho'oponopono uzdrawianie oznacza kochanie samego siebie. Jeśli chcesz, żeby Twoje życie stało się lepsze, musisz je uzdrowić. Jeżeli chcesz kogoś wyleczyć — nawet chorego psychicznie przestępcę — dokonasz tego, lecząc samego siebie.

Zapytałem doktora Hew Len, jak podszedł do kwestii samouzdra-wiania. Co dokładnie robił, gdy przeglądał akta swoich pacjentów?

— Po prostu cały czas powtarzałem „Przepraszam" i „Kocham Cię" — wyjaśnił.

To wszystko?

To wszystko.

Okazuje się, że pokochanie samego siebie to najwspanialszy sposób na samodoskonalenie. A im lepszy Ty będziesz, tym lepszy stanie się świat.

Gdy doktor Hew Len („E") pracował w szpitalu, z każdym problemem zwracał się do Boskiej Mocy i prosił o jego uwolnienie. Zawsze był pełen ufności. Jego metoda nigdy nie zawiodła. Doktor Hew Len pytał sam siebie: „Co takiego dzieje się we mnie, co spowodowało ten problem i jak mogę to w sobie naprawić?".

Opisana tu metoda polegająca na leczeniu od wewnątrz to właśnie Tożsamość Ho'oponopono. Okazuje się, że istnieje starsza wersja ho'oponopono, która ukształtowała się pod silnym wpływem działalności misjonarzy na Hawajach. Uwzględniała ona istnienie pośrednika, który pomagał ludziom rozwiązywać problemy, omawiając je z nimi. Wspólne usunięcie głównego rdzenia powodowało eliminację całego problemu. Tożsamość Ho'oponopono wzbudziła moje zaciekawienie; wiedziałem, że z czasem lepiej ją zrozumiem.

W tamtym czasie nie było jeszcze żadnych prac pisemnych na temat działalności doktora Hew Len. Zaproponowałem, że pomogę mu napisać książkę, ale nie wyglądał na zainteresowanego. Powiedział, że kiedyś nagrano film wideo na temat metody ho'oponopono — oczywiście zamówiłem go. Poradził również, żebym przeczytał *The Userllllusion* (Iluzja użytkownika) Tora Norretrandersa. Jak przystało na prawdziwego mola książkowego, od razu wyszukałem ten tytuł w księgarni Amazon i zamówiłem go. Kiedy przyszła przesyłka, dosłownie pochłonąłem tę książkę.

Według niej świadomy umysł człowieka nie ma pojęcia, co się wokół niego dzieje. Norretranders pisze: „W każdej sekundzie nasze zmysły odbierają miliony informacji. Jednak świadomość ludzka przetwarza maksymalnie około czterdziestu informacji na sekundę. Pozostałe miliony są kondensowane do świadomych doświadczeń, które nie zwierają praktycznie żadnych informacji".

Z tego, co zrozumiałem z wypowiedzi doktora Hew Len, brak prawdziwej świadomości tego, co się dzieje w danym momencie powoduje, że jedyne, co możemy zrobić, to zastanowić się chwilę i okazać całkowitą ufność. Jesteśmy w stu procentach odpowiedzialni za wszystko w naszym życiu: naprawdę za wszystko. Doktor Hew Len twierdzi, że jego praca polega na oczyszczaniu samego siebie. Nic ponad to. Kiedy jego umysł staje się czysty, cały świat się oczyszcza, ponieważ świat to on. Wszystko poza nim to tylko wyobrażenie i iluzja.

Teoria mówiąca o tym, że świat zewnętrzny to tylko cień naszego życia, nawiązuje nieco do psychologii Junga, jednak doktor Hew Len idzie o kilka kroków dalej. Nie tylko wierzy, że wszystko wokół nas jest odzwierciedleniem naszego wnętrza, ale również twierdzi, że naszym obowiązkiem jest naprawienie wszystkiego, czego doświadczamy — a żeby tego dokonać, musimy nawiązać wewnętrzny kontakt z Boską Mocą. Według niego jedynym sposobem na rozwiązanie dowolnego problemu ze świata zewnętrznego jest wyznanie „Kocham Cię" Boskiej Mocy (lub Bogu, Życiu, Wszechświatu —jakkolwiek nazwiesz tę zbiorową siłę wyższą).

Uff! To dopiero była rozmowa. Dla doktora Hew Len byłem zupełnie obcym człowiekiem, a mimo to poświęcił mi mnóstwo czasu — przy okazji wprawiając mnie w spore zakłopotanie. Ten prawie 70-letni hawajski terapeuta jest żyjącym guru dla jednych i wariatem dla drugich.

Byłem szczęśliwy, że wreszcie mogłem porozmawiać z doktorem Hew Len, jednak nasza pierwsza dyskusja mnie nie zadowoliła. Nie mogłem zrozumieć, co chciał mi przekazać. Czułem, że bardzo łatwo byłoby się mu oprzeć albo odrzucić jego teorie. Jednak historia o tym, jak dzięki swojej metodzie wyleczył tak zwane beznadziejne przypadki, jakimi byli chorzy psychicznie przestępcy, wyjątkowo mnie zafascynowała.

Wiedziałem, że doktor Hew Len ma w najbliższym czasie poprowadzić seminarium, więc zapytałem go o to:

— Czego się tam nauczę?

— Nauczysz się, czego się nauczysz — odpowiedział.

To brzmiało jak zapowiedź szkolenia dla początkujących z lat siedemdziesiątych: wyniesiesz z tego to, co powinieneś.

— Ile ludzi weźmie udział w tym seminarium? — zapytałem.

— Część zgłoszeń odrzucam, ponieważ chcę, żeby znalazły się tam tylko te osoby, które są gotowe — odpowiedział. — Może 30, może 50. Nie wiem jeszcze.

Zanim zakończyliśmy naszą pierwszą rozmowę telefoniczną, zapytałem „E", co znaczy podpis, którego używa w e-mailach.

— „Pokój od »Ja«" to pokój, który wykracza poza wszelkie zro zumienie — wyjaśnił.

Wtedy jeszcze nie wiedziałem, co to znaczy, ale dziś całkowicie to rozumiem.



# Szokująca prawda o intencjach

*Nasze subiektywne wewnętrzne życie jest tym, co się liczy dla nas jako istot ludzkich. Mimo to wiemy tak mało o tym, jak ono powstaje i jak funkcjonuje w naszej świadomej woli działania.*

— Benjamin Libet, *Mind Time*

Po pierwszej rozmowie z doktorem Hew Len czułem ogromną potrzebę, żeby dowiedzieć się czegoś więcej. Pytałem go o seminarium, które miał poprowadzić za kilka tygodni. Wcale nie próbował mnie namówić do uczestnictwa w nim. Powiedział, że chce, żeby znalazły się tam tylko właściwe osoby. Nie zależało mu na tłumach słuchaczy. Szukał otwartych serc. Wierzył, że Boska Moc (to jego ulubione określenie mocy potężniejszej niż my wszyscy, choć drzemiącej w każdym z nas) o to zadba.

Zapytałem mojego przyjaciela Marka Ryana — człowieka, który jako pierwszy opowiedział mi o doktorze Hew Len — czy chciałby wziąć udział w tym seminarium. W podziękowaniu za to, że przybliżył mi tę postać, zobowiązałem się opłacić jego podróż. Oczywiście, Mark przystał na moją propozycję.

Przed wyjazdem przeprowadziłem jeszcze małe poszukiwania. Byłem ciekawy, czy metoda doktora Hew Len miała coś wspólnego z *huna,* metodą leczenia popularną na Hawajach. Okazało się, że nie.
*Huna* to nazwa, którą Max Freedom Long (autor książek, a później przedsiębiorca) nadał swojej wersji hawajskiego spirytyzmu. Twierdził on, że pracując na Hawajach jako nauczyciel poznał pewną sekretną tradycję. W 1945 roku założył Stowarzyszenie Huna, a później wydał serię książek, z których najpopularniejsza nosiła tytuł *Magia cudów.* Działalność Longa była fascynująca, jednak nie miała ona nic wspólnego z terapeutą, którym ja się interesowałem. Doktor Hew Len stosował metodę, o której Long prawdopodobnie nigdy nie słyszał. Im więcej czytałem i dowiadywałem się o hawajskim doktorze, tym bardziej rosła moja ciekawość. Nie mogłem się doczekać, aż wreszcie poznam go osobiście.

Poleciałem do Los Angeles, gdzie spotkałem się z Markiem. Ten zabrał mnie na wycieczkę po mieście, w trakcie której świetnie się bawiliśmy. Potem razem wyruszyliśmy w podróż do miasta Calabasa w Kalifornii. Bardzo chcieliśmy zobaczyć człowieka, o którym tak wiele słyszeliśmy. W trakcie śniadania prowadziliśmy stymulujące, głębokie rozmowy, jednak tym, czego obaj pragnęliśmy, było seminarium.

Gdy dotarliśmy na miejsce, zobaczyliśmy kolejkę około 30 osób. Stanąłem na palcach, żeby mieć lepszy widok. Chciałem zobaczyć uzdrowiciela, tajemniczego terapeutę — doktora Hew Len. Kiedy w końcu dotarłem do wejścia, doktor powitał mnie osobiście.

— Aloha, Joseph — powiedział, wyciągając do mnie rękę. Mówił ciepłym głosem, z którego biły charyzma i autorytet. Miał
na sobie dżinsy Dockers, adidasy, rozpiętą koszulę i służbową marynarkę. Na głowie miał czapkę z daszkiem — później dowiedziałem się, że to jest jego znak rozpoznawczy.

— Aloha, Mark — przywitał mojego przyjaciela.

Zapytał, jak minął nam lot i jak długo trwała podróż z Teksasu do Los Angeles. Od razu go polubiłem. Jego spokój, pewność siebie i dobrotliwy styl bycia sprawiły, że od razu połączyła mnie z nim silna więź.

Doktor Hew Len ceni sobie punktualność. Zaraz po otwarciu seminarium, zwrócił się bezpośrednio do mnie.

—Joseph, gdy usuwasz jakieś dane z komputera, co się z nimi dzieje?

— Nie mam pojęcia — odpowiedziałem. Wszyscy się zaśmiali. Jestem przekonany, że nikt na sali tego nie wiedział.

— Gdy usuwacie jakieś dane z komputera, co się z nimi dzieje? — zwrócił się z tym samym pytaniem do pozostałych uczestników seminarium.

-— Do kosza! — krzyknął ktoś z sali.

— Tak jest — potwierdził doktor Hew Len. — Wciąż są w kom puterze, mimo że my ich nie widzimy. Podobnie jest z naszymi wspomnieniami. One w nas są, tyle że ukryte. Naszym zadaniem jest usunąć je całkowicie i bezpowrotnie.

To, co mówił doktor Hew Len było fascynujące, jednak nie miałem pojęcia, do czego on zmierza. Dlaczego miałbym chcieć definitywnie usunąć wspomnienia?

— Możecie przeżyć swoje życie na dwa sposoby — wyjaśnił doktor Hew Len. — Albo będziecie żyć wspomnieniami albo zacznie cie kierować się inspiracją. Wspomnienia to powracające stare pro gramy. Inspiracja to komunikat pochodzący od Boskiej Mocy. Chcecie poczuć prawdziwą inspirację. Jedynym sposobem na to, żeby usłyszeć Boską moc i poczuć inspirację, jest usunięcie wszystkich wspomnień. Jedyne, co musicie zrobić, to oczyścić swój umysł.

Doktor Hew Len poświęcił sporo czasu na wyjaśnienie, dlaczego Boska Moc jest Stanem Zerowym — miejscem wolnym od wszelkich ograniczeń. Żadnych wspomnień. Żadnej tożsamości. Nic oprócz Boskiej Mocy. Czasem zdarzają nam się takie chwile, gdy osiągamy stan „Zero Ograniczeń", jednak przez większość czasu nosimy ze sobą niepotrzebny bagaż w postaci wspomnień.

— Gdy pracowałem w szpitalu psychiatrycznym i przeglądałem karty pacjentów — powiedział — czułem wewnętrzny ból. To było wspólne wspomnienie; program, który sprawił, że moi pacjenci zachowywali się tak a nie inaczej. Nie mieli kontroli. Byli opanowani przez program. Kiedy ja również poczułem ten program, oczyściłem się.

Temat oczyszczenia powracał w trakcie całego wykładu. Doktor Hew Len opowiedział o wielu metodach oczyszczania. Niestety większości z nich nie mogę tu przytoczyć, ponieważ były to informacje o charakterze poufnym. Aby poznać je wszystkie, musiałbyś wziąć udział w warsztatach ho'oponopono (więcej informacji na stronie uwnv. hooponopono. org). Mogę jednak opowiedzieć Ci o jednej z nich. Jest to metoda oczyszczania, którą

doktor Hew Len stosuje najczęściej i która również należy do moich ulubionych.

Chodzi po prostu o to, żeby na okrągło powtarzać cztery wyrażenia, jedno po drugim, adresując je do Boskiej Mocy.

„Kocham Cię".

„Przepraszam".

„Wybacz mi, proszę".

„Dziękuję".

Pod koniec pierwszego dnia seminarium słowa „Kocham Cię" na stałe zagościły w moich myślach. Pewnie nieraz zdarzyło Ci się, że obudziłeś się z jakąś piosenką w głowie, od której potem nie mogłeś się uwolnić przez resztę dnia —ja tak samo budziłem się ze słowami „Kocham Cię" w myślach. Bez względu na to, czy wypowiadałem je świadomie, czy nie, one wciąż przewijały się w moich myślach. To wspaniałe uczucie. Nie wiedziałem, czy w ten sposób dokonuję jakiegoś oczyszczenia, czy nie, ale mimo to stosowałem tę metodę. Czyż wyznanie „Kocham Cię" mogło być złe w jakimkolwiek kształcie lub formie?

W trakcie sobotniego seminarium doktor Hew Len jeszcze raz zwrócił się bezpośrednio do mnie. Zapytał:

—Joseph, skąd wiesz, czy coś jest wspomnieniem, czy inspiracją?

Przyznałem, że nie rozumiem tego pytania.

— Skąd wiesz, czy ktoś, kto zachorował na raka, sam sobie poda rował tę chorobę, czy zesłała ją na niego Boska Moc, po to, żeby go zmobilizować i mu pomóc?

Przez chwilę milczałem. Starałem się zanalizować to pytanie. Skąd mam wiedzieć, czy dane wydarzenie jest skutkiem działania ludzkiego umysłu czy stanowi zamysł Boskiej Mocy?

— Nie mam pojęcia — odpowiedziałem.

—Ja również — przyznał doktor Hew Len. — Właśnie dlatego musimy cały czas się oczyszczać. Musimy oczyszczać nasz umysł ze wszystkich myśli, ponieważ nie wiemy, co jest wspomnieniem, a co inspiracją. Oczyszczenie prowadzi nas do miejsca, w którym nie ma żadnych ograniczeń: wprowadza nas w Stan Zerowy.

Doktor Hew Len twierdzi, że umysł ludzki jest ograniczony; w efekcie nasz obraz świata jest nie tylko niekompletny, ale również niedokładny. Nie rozumiałem tego, dopóki nie przeczytałem książki Gyua Claxtona *The Wayward Mind* (Przewrotny umysł).

Claxton opowiada w niej o eksperymentach, które dowodzą, że nasz umysł podpowiada nam, co zrobić, *zanim* podejmiemy świadomą decyzję. W słynnym doświadczeniu neurolog Benjamin Libet podłączył badanych do elektroencefalogramu (EEG), aby zobaczyć, co się dzieje w ich mózgach. Okazało się, że aktywność mózgu rosła *zanim* dana osoba podjęta świadomy zamiar określonego działania — oznacza to, że intencja zrodziła się w podświadomości, a dopiero *potem* dotarła do świadomości.

Według Claxtona Libet „odkrył, że zamiar ruchu powstał około jednej piątej sekundy przed jego wykonaniem — ale wzrost aktywności mózgu zaobserwowano około jednej trzeciej sekundy przed powstaniem zamiaru!".

William Irvine, autor książki O *pragnieniach ludzkich: dlaczego chcemy tego, czego chcemy* twierdzi, że „eksperymenty takie jak te dowodzą, że nie dokonujemy wyborów w sposób świadomy i racjonalny. Nasze zamiary rodzą się w podświadomości, a kiedy wreszcie wypłyną na powierzchnię świadomości, przejmujemy je na własność".

Sam Benjamin Libet, autor kontrowersyjnych i przełomowych eksperymentów, napisał w swojej książce *Mind Time* (Czas umysłu): „Zaistniała w podświadomości intencja działania nie może być świadomie kontrolowana. Jedynie jej ostateczna realizacja w formie działania motorycznego może podlegać świadomej kontroli".

Inaczej mówiąc, chęć sięgnięcia po tę książkę może wydawać się świadomym wyborem, jednak w rzeczywistości najpierw Twój mózg wysłał sygnał „podnieś ją", a dopiero *potem* świadomy umysł sformułował intencję, na przykład „Ta książka wygląda na interesującą. Chyba po nią sięgnę". Mogłeś zdecydować, że nie weźmiesz do ręki tej książki, co odpowiednio byś sobie uzasadnił, jednak nie byłeś w stanie kontrolować sygnału, który zachęcił Cię do podjęcia działania.

Wiem, że trudno w to uwierzyć. Według Claxtona „żadna intencja nie rodzi się w świadomości; żaden plan tam nie powstaje. Intencje to przeczucia — ikony, które błyskają w zakątkach naszej świadomości, wskazując na to, co może zaraz się wydarzyć".

Okazuje się, że zwykły zamiar jest niczym innym, jak przeczuciem.

Teraz trapi mnie jedna rzecz: skąd wzięła się ta myśl?

Trudno w to wszystko uwierzyć. Jestem autorem książki o potędze intencji *Moc Przyciągania* i wystąpiłem w filmie *The Secret* poświęconym temu zagadnieniu, a tymczasem dowiaduję się, że realizacja zamiarów nie jest kwestią mojego świadomego wyboru. Moja deklaracja zamiaru była zwykłą werbalizacją impulsu, który już wcześniej powstał w moim mózgu.

W ten sposób rodzi się pytanie: kto albo co sprawiło, że mój mózg wysłał tę intencję? W jednej z późniejszych rozmów z doktorem Hew Len zapytałem go: „Kto tu rządzi?". Zaśmiał się i powiedział, że bardzo mu się spodobało moje pytanie.

A zatem, jak brzmi odpowiedź?

Przyznaję, że teoria intencji wciąż była dla mnie niezrozumiała. Zrzuciłem 36 kilo dzięki silnej woli i deklaracji schudnięcia. Ale jak było naprawdę? Czy wyrażałem intencję, czy tylko reagowałem na sygnał wysyłany przez mózg mówiący o konieczności schudnięcia? Czy to była inspiracja czy wspomnienie? Napisałem do doktora Hew Len list, w którym opisałem moją wątpliwość. Oto jego odpowiedź:

> W stanie Zero — Ao Akua — nic nie istnieje; nie ma żadnych problemów, nawet potrzeby intencji.
>
> Problemy z nadwagą to nic innego jak powracające wspomnienia, które wypierają Zero, Ciebie. Jeśli chcesz powrócić do siebie, do Zera, Boska Moc musi usunąć wspomnienia, które są odpowiedzialne za problemy z otytością.
>
> Istnieją tylko dwa prawa, które kształtują nasze doświadczenia: Inspiracja pochodząca od Boskiej Mocy oraz Wspomnienia przechowywane w Podświadomości — ta pierwsza Nowa, te drugie Stare.
> Podobno Jezus powiedział: „Najpierw znajdźcie Królestwo (Zero), a wszystko inne zostanie wam dane (Inspiracja)".
>
> Zero to miejsce zamieszkiwane przez Ciebie oraz Boską Moc... „z którego pochodzi wszelkie błogosławieństwo — bogactwo, zdrowie i pokój".
>
> Pokój od „Ja"
>
> Dr Hew Len

Zrozumiałem, że doktor Hew Len omijał intencje i zmierzał prosto do źródła — do Stanu Zerowego, w którym nie ma żadnych ograniczeń. Dopiero tam doświadczał zarówno inspiracji, jak i wspomnień. Jedyną rzeczą, którą mógł zrobić, to pokochać je, wybaczyć im, a nawet podziękować za nie. Oczyszczając się w ten sposób, doktor Hew Len zwiększa szanse na to, że Boska Moc natchnie go inspiracją.

Zatem okazuje się, że pragnienie przejadania się, które doprowadziło u mnie do otyłości, było tylko programem. Rodziło się w mojej podświadomości. Dopóki jej nie oczyszczę, pragnienie nie ustanie i wciąż na nowo będzie wypływało na powierzchnię świadomości. Ja jednak mam wybór: mogę się przejadać lub nie. Mogę zakończyć tę odwieczną walkę. To nie są żarty.

Jeśli chcę zwalczyć tendencję do ciągłego dogadzania sobie, muszę uparcie mówić sobie „nie". Oczywiście, wymaga to sporych nakładów energii i ogromnego samozaparcia. Za jakiś czas odmawianie sobie dokładek i kalorycznych przekąsek stanie się moim nowym nawykiem. Jednak zanim do tego dojdzie, będę musiał przejść przez piekło!

Na szczęście jest jeszcze jedna opcja: mogę oczyścić się ze wspomnień, a mój problem od razu zniknie. Pragnienie przejadania się już nigdy nie zakiełkuje w mojej świadomości. Jego miejsce zajmie całkowity pokój.

Intencja jest zaledwie marną namiastką inspiracji. Kiedy podejmowałem różne zamiary, zawsze musiałem być gotowy do walki z przeciwnościami. Wystarczyło jednak, że poddałem się inspiracji, a moje życie zmieniło się z dnia na dzień.

Wciąż nie byłem pewien, czy to właśnie tak działa i kwestionowałem potęgę intencji. Dlatego postanowiłem jeszcze bardziej pogłębić swoją wiedzę w tym temacie.

Umówiłem się w restauracji z Rhondą Byrne, autorką i producentką kinowego przeboju *The Secret.* Zapytałem ją o coś, czego od dawna chciałem się dowiedzieć:

— Powiedz mi, czy sama wpadłaś na pomysł tego filmu, czy coś cię do niego zainspirowało?

Wiem, że stworzony przez nią zwiastun filmu, który wywołał wirusową epidemię marketingową (zobacz www. thesemt. tv) był skutkiem inspiracji. Kiedyś wyjawiła mi, że pomysł na ten zwiastun pojawił się nagle, w ciągu kilku sekund. Jego zmontowanie zabrało jej zaledwie 10 minut. Najwyraźniej był to skutek inspiracji, dzięki której Rhonda stworzyła najskuteczniejszy zwiastun filmowy w historii.

Ja jednak chciałem się dowiedzieć, czy pomysł samego filmu wziął się z inspiracji, czy Rhonda postanowiła nakręcić ten obraz z innych powodów. To było moje główne zainteresowanie dotyczące intencji. Czy człowiek deklaruje intencję, która wkrótce zmieni jego świat, czy raczej wpada na pomysł, który później nazywa intencją? Dokładnie takie pytanie zadałem Rhondzie podczas naszej wspólnej kolacji.

Moja towarzyszka milczała przez dłuższą chwilę. Chciała w spokoju przemyśleć moje pytanie i poszukać odpowiedzi na nie w swoim sercu. Wreszcie odezwała się:

— Trudno powiedzieć. Pomysł skądś do mnie przyszedł, tego jestem pewna. Ale to ja wykonałam całą pracę. Ja nakręciłam ten film.
Więc moim zdaniem to ja jestem odpowiedzialna za jego urzeczywistnienie.

Jej odpowiedź wiele mi wyjaśniła. Pomysł przyszedł do niej, a zatem była to inspiracja. W efekcie powstał film wspaniały, doskonale zrobiony i świetnie rozreklamowany, a zatem nie ma wątpliwości, że Boska Moc miała w tym swój udział. To prawda, Rhonda wykonała kawał dobrej roboty. Jednak sam pomysł miał postać inspiracji.

Ciekawe, że kilka miesięcy po premierze filmu, gdy szum wokół niego wzrósł do niebywałych

rozmiarów, Rhonda wysłała e-mail do wszystkich bohaterów tego obrazu, w którym stwierdziła, że zaczął on żyć swoim życiem. Zamiast deklarować intencje, spędzała czas na odbieraniu telefonów i wykorzystywaniu nadarzających się okazji. Jej książka była już w druku. Lany King zrealizował dwuczęściowy program specjalny, oparty na pomysłach przedstawionych w filmie. Planowano wydanie wersji audio. Rozpoczęto prace nad drugą częścią filmu.

Gdy znajdujesz się w Stanie Zerowym, w którym nie ma żadnych ograniczeń, nie potrzebujesz intencji. Po prostu słuchasz i działasz.

A wtedy zaczynają dziać się cuda.

Jednak inspirację można *powstrzymać.*

Rhonda mogła zignorować cichy głos, który zachęcał ją do nakręcenia filmu. Przecież miała wolną wolę. Gdy w Twojej głowie pojawia się pomysł zrobienia czegoś (bez względu na to, czy pochodzi on z inspiracji, czy ze wspomnienia), możesz wcielić go w życie lub nie, jeśli tylko jesteś świadomy tego impulsu.

Według Jeffreya Schwartza, autora wspaniałej książki *The Mind and the Brain* (Umysł i Mózg), Twoja świadomość — wolna wola — może stłumić impuls, który zrodził się w podświadomości. Inaczej mówiąc, możesz poczuć impuls, żeby wziąć do ręki tę książkę, ale jeśli chcesz, możesz go stłumić. Na tym polega wolna wola albo, jak opisuje ją Schwarz, „wolne *niechcenie".*

Schwarz pisze, że „w późniejszych latach [Libet] zaczął wyznawać pogląd, iż wolna wola pełni rolę strażnika myśli rodzących się w mózgu, który nie uchyla się przed żadnymi moralnymi konsekwencjami".

Legendarny psycholog William James uważał, że wolna wola dochodzi do głosu *po* impulsie do zrobienia czegoś, ale *przed* podjęciem działania. My możemy powiedzieć „tak" lub „nie". Z tej możliwości wyboru zdają sobie sprawę tylko ludzie w pełni świadomi. Doktor Hew Len uczył mnie, że jeśli będę regularnie oczyszczał swój umysł zarówno z inspiracji, jak i ze wspomnień, dużo łatwiej będzie mi wybrać to, co jest dla mnie w danym momencie najlepsze.

Wreszcie zacząłem rozumieć: udało mi się schudnąć, ponieważ zignorowałem wspomnienia i nawyki, które zachęcały mnie do obżarstwa i unikania ćwiczeń fizycznych. Lekceważąc te impulsy, dopuściłem do głosu wolną wolę (czy też „wolne niechcenie"). A zatem chęć przejadania się była wspomnieniem, a nie inspiracją. Była skutkiem programu — nie pochodziła od Boskiej Mocy. Ja zignorowałem program; anulowałem go. Sądzę jednak, że doktor Hew Len radziłby mi pokochać program tak bardzo, aż sam zniknie i pozostanie tylko Boska Moc.

Wciąż nie do końca to rozumiałem, jednak słuchałem uważnie i starałem się nie odrzucać niczego tylko dlatego, że jest nowe lub dziwne. Zupełnie się nie spodziewałem tego, co mnie czeka.



# Jakie wyjątki?

*Jestem historią tego, co sądzisz, że widzisz.*

— Byron Katie, *AU War Bełongs on Paper*

Weekendowe seminarium okazało się dużo większym wydarzeniem, niż się spodziewałem. Doktor Hew Len wyjaśnił, że wszystko, czego szukamy i doświadczamy — absolutnie *wszystko* —jest wewnątrz nas. Jeśli chcemy coś zmienić, musimy to zrobić wewnątrz, a nie na zewnątrz. Cała sztuka polega na tym, żeby wziąć na siebie całkowitą odpowiedzialność. Nie możemy zrzucać winy na nikogo. Wszystko zależy od nas.

— A co, jeśli ktoś zostanie zgwałcony? — zapytał jeden z uczestników seminarium. — Albo gdy zdarzy się wypadek samochodowy? Przecież nie możemy być odpowiedzialni za to wszystko!

— Zauważyłeś, że zawsze, gdy masz problem, ty jesteś na miejscu? — zapytał doktor Hew Len. — Chodzi o to, żeby wziąć na siebie stuprocentową odpowiedzialność za wszystko, bez wyjątku. Nie ma żadnej furtki, która zwolniłaby cię z obowiązku robienia czegoś, czego nie lubisz. Jesteś odpowiedzialny za wszystko — absolutnie wszystko.

Nawet pracując z zabójcami i gwałcicielami w szpitalu psychiatrycznym, doktor Hew Len bral na siebie całkowitą odpowiedzialność. Rozumiał, że działaniami tych niebezpiecznych przestępców kierowały wspomnienia lub programy. Jedynym sposobem na to, żeby im pomóc, było oczyszczenie. To właśnie miał na myśli mówiąc, że nigdy nie przeprowadził sesji terapeutycznej z żadnym ze swoich pacjentów. Patrzył na ich karty choroby i powtarzał: „Kocham Cię", „Przepraszam", „Wybacz mi" i „Dziękuję", kierując te słowa do Boskiej Mocy. Wiedział, że w ten sposób pomoże pacjentom wrócić do Stanu Zerowego, pozbawionego jakichkolwiek ograniczeń. Dokonując oczyszczenia *samego siebie,* doktor Hew Len uzdrawiał swoich pacjentów.

Terapeuta wyjaśnił:

— Mówiąc najprościej, ho'oponopono oznacza „polepszyć" albo „naprawić błąd". W języku hawajskim *ho'o* oznacza przyczynę, a *ponopono* doskonałość. Starożytni Hawajczycy wierzyli, że błędy biorą się z myśli naznaczonych bolesnymi wspomnieniami z przeszłości. Ho'oponopono to metoda, która pomaga uwolnić energię tych bolesnych myśli lub błędów, zakłócających równowagę i będących przyczyną rozmaitych chorób.

Krótko mówiąc, ho'oponopono to proces rozwiązywania problemów, który w całości odbywa się *wewnątrz* nas.

Autorem nowego, udoskonalonego procesu jest Morrnah, ukochana kahuna, która nauczyła swojej metody doktora Hew Len w 1982 roku. Terapeuta słyszał wcześniej o „cudotwórczym" wygłaszającej referaty w szpitalach, na uczelniach, a nawet na forum ONZ. Spotkał się z nią, poznał jej córkę, którą wyleczyła z półpaśca i wkrótce potem rzucił wszystko, żeby poznać jej uproszczoną metodę uzdrawiania. Zafascynowany nową nauką porzucił swoją rodzinę, co było dla niego tym łatwiejsze, że w tamtym czasie miał problemy małżeńskie. To nie jest nic niezwykłego. W historii było wiele takich przypadków, że ludzie zostawiali rodziny, żeby pobrać nauki u duchowego nauczyciela. Doktor Hew Len bardzo chciał poznać metodę Morrnah.

Jednak nie zaakceptował jej od razu. Kiedy po raz pierwszy zapisał się na prowadzone przez nią warsztaty, wytrzymał tylko trzy godziny.

— Rozmawiała z duchami, więc pomyślałem, że to wariatka — wspominał doktor Hew Len.

Tydzień później wrócił; ponownie uiścił opłatę za udział w warsztatach i obiecał sobie, że tym razem wytrwa do samego końca. Znów mu się nie udało. Wszystko, co mówiła Morrnah, wydawało się dla jego naukowego umysłu tak szalone, że w połowie seminarium znowu wyszedł z sali.

— Wróciłem po raz trzeci i tym razem dotrwałem do końca zajęć — wyznał doktor Hew Len. — Nadal uważałem, że to wariatka, ale w jakiś sposób trafiła do mojego serca. Zostałem z nią aż do 1992 roku, gdy przeszła na emeryturę.

Zarówno doktor Hew Len, jak i wielu innych ludzi potwierdza, że oparta na dialogu wewnętrznym metoda Morrnah potrafi zdziałać cuda. Jej modlitwa w jakiś sposób wymazywała wspomnienia i programy. Wiedziałem, że muszę poznać tę liturgię i nie spocznę, dopóki tak się nie stanie.

Morrnah wspomniała o swojej metodzie w artykule, który napisała do książki *I Am a Winner.* „Stosuję stary system od kiedy miałam dwa lata; w międzyczasie zmodyfikowałam proces, nie naruszając jednak istoty starożytnej mądrości".

W swojej niewielkiej książeczce *The Easiest Way* Mabel Katz pisze: „Ho'oponopono to proces oparty na wybaczaniu, żalu i transformacji. Za każdym razem, gdy używamy jego narzędzi, bierzemy na siebie stuprocentową odpowiedzialność i prosimy o wybaczenie (dla siebie samych). Uczymy się, że wszystko, co pojawia się w naszym życiu, jest tylko projekcją naszych »programów«".

Ciekawiło mnie, czym różnił się zaktualizowany proces Tożsamości Ho'oponopono Morrnah od tradycyjnej metody ho'opono-pono. Doktor Hew Len wyjaśnił to w ten sposób:

| **Tożsamość przez Ho'oponopono** | **Tradycyjna metoda Ho'oponopono** |
|---|---|

| | |
|---|---|
| 1. Rozwiązywanie problemów ma charakter *wewnątrzpersonalny.* | 1. Rozwiązywanie problemów ma charakter *międzyludzki.* |
| 2. Jedynymi uczestnikami jesteśmy Ty i ja. 4 | 2. Jeden z seniorów pośredniczy w sesji rozwiązywania problemu ze wszystkimi uczestnikami. |
| 3. Tylko Ty jesteś fizycznie obecny. | 3. Wszystkie osoby związane z problemem muszą być fizycznie obecne. |
| 4. Skrucha kierowana do, ja". | 4. Każdy uczestnik musi okazać skruchę pozostałym, a senior pełni rolę mediatora w przypadku braku zgody między niektórymi uczestnikami. |
| 5. Wybaczenie od Ja". | 5. Każdy musi poprosić o wybaczenie wszystkich pozostałych uczestników. |

W tradycyjnym ho'oponopono starszy członek rodu, znający dobrze dynamikę procesu rozwiązywania problemów, jest odpowiedzialny za to, żeby każdy uczestnik sesji mógł się wypowiedzieć, jak postrzega dany problem. Spory w takich sytuacjach są nieuniknione, ponieważ ludzie z reguły widzą inaczej ten sam problem. Muszę przyznać, że podoba mi się nowa, udoskonalona wersja tego procesu, ponieważ wszystko dzieje się wewnątrz jednej osoby. Nie potrzeba nikogo innego. To brzmi dużo bardziej sensownie. Ponieważ jestem wychowany na psychologii Junga (studiowałem u takich nauczycieli, jak Debbie Ford, autorka bestsellera *The Dark Side of the Light Chasers),* idea zmiany siebie, a nie otoczenia czy innych ludzi, nie jest mi obca.

— Modyfikując proces Ho'oponopono — kontynuował doktor Hew Len — Morrnah dodała do niego trzy elementy jaźni, które stanowią klucz do Tożsamości. Te trzy elementy, znajdujące się w każdej cząsteczce rzeczywistości, nazywają się *Unihipili* (dziecko/ podświadomość), *Uhane* (matka/świadomość) *i Aumakua* (ojciec/ nadświadomość). Gdy w tej „wewnętrznej rodzinie" panuje zgoda, dana osoba wchodzi w rytm Boskiej Mocy. Przy takiej równowadze życie zaczyna się gładko toczyć. Można więc powiedzieć, że Ho'opo- nopono pomaga przywrócić równowagę — najpierw u danej jed nostki, a potem u wszystkich stworzeń.

Potem zaczął objaśniać, na czym polega ten niezwykły proces:

— Ho'oponopono jest naprawdę bardzo proste. Starożytni Ha- wajczycy uważali, że wszystkie problemy zaczynają się od myśli. Jednak sama myśl nie jest problemem. Cóż więc nim jest? To, że wszystkie myśli są naznaczone bolesnymi wspomnieniami ludzi, miejsc i rzeczy. Sam intelekt nie jest w stanie rozwiązać tych pro blemów, ponieważ jego zadaniem jest zarządzanie. A to w żadnym razie nie pomoże ich rozwiązać. Musisz je uwolnić! Gdy stosujesz Ho'oponopono, Boska Moc przejmuje Twoje bolesne myśli i neu tralizuje je. Nie oczyszczasz danej osoby, miejsca lub rzeczy, lecz neutralizujesz energię, którą z nimi łączysz. Pierwszym etapem Ho'oponopono jest oczyszczenie się z tej energii. — Teraz dzieje się coś wspaniałego. Energia jest nie tylko neutralizowana, ale również *uwolniona.* Zaczyna się nowy rozdział. Buddyści nazywają to Pustką. Ostatni etap polega na wpuszczeniu do swego serca Boskiej Mocy i pozwoleniu, aby wypełniła pustkę światłem. Stosując metodę ho'oponopono, nie musisz wiedzieć, na czym polega problem. Wystarczy, że odczuwasz go fizycznie, umysłowo, emocjonalnie lub w jeszcze inny sposób. Gdy tylko dostrzeżesz jakiś problem, od razu rozpocznij proces *oczyszczania* polegający na powtarzaniu słów: „Przepraszam. Wybacz mi, proszę".

Szukając informacji na temat Morrnah, znalazłem płyty DVD z wywiadami z nią, a także tekst modlitwy, którą

odmawiała, gdy uzdrawiała ludzi (bez względu na to, czy ich widziała, czy nie). Oto jej treść:

> Boski Stwórco, ojcze, matko i synu wjednym... Jeśli ja, moja rodzina, krewni i przodkowie uraziliśmy Ciebie, Twoją rodzinę, krewnych oraz przodków w myślach, słowach, uczynkach i działaniach, kiedykolwiek od początków stworzenia aż do dnia dzisiejszego, błagamy Cię o przebaczenie... Niech to oczyści, zmyje, uwolni, przetnie wszystkie negatywne wspomnienia, blokady, energie i wibracje, i przemieni je w czyste światło... A wszystko się stanie.

Nie rozumiałem, w jaki sposób taka modlitwa mogła uruchamiać proces uzdrawiania u drugiego człowieka, ale zauważyłem, że była ona oparta na wybaczeniu. Widać stąd, że dla Morrnah (a później również dla doktora Hew Len) prośba o przebaczenie jest sposobem na oczyszczenie ścieżki do uzdrowienia. Jedyną przyczyną wszystkich chorób i dolegliwości jest brak miłości. Wybaczenie otwiera drzwi do naszych serc i zaprasza miłość z powrotem do środka. Byłem zafascynowany. Jednak wciąż nie mogłem zrozumieć, jak metoda ho'oponopono mogłaby pomóc wyleczyć mnie, Ciebie albo chorą psychicznie osobę. Dlatego uważnie słuchałem doktora Hew Len, gdy tłumaczył, dlaczego powinniśmy wziąć całkowitą odpowiedzialność za nasze życie — bez wyjątków, bez wymówek, bez żadnych furtek.

— Wyobrażasz sobie, co by było, gdy ludzie wiedzieli, że są za wszystko w stu procentach odpowiedzialni? — zapytał. — Dziesięć lat temu zawarłem umowę z samym sobą, że kupię sobie ogromny deser lodowy, tak duży, że aż rozboli mnie po nim brzuch, jeśli uda mi się przeżyć jeden dzień bez wydawania żadnych ocen. Jeszcze nigdy nie udało mi się tego osiągnąć! Teraz co prawda częściej się na tym łapię, ale jak dotąd nie przetrwałem jeszcze ani jednego dnia, nie oceniając nikogo.

To wyznanie było bardzo ludzkie. Dobrze wiedziałem, *co* doktor Hew Len miał na myśli. Mimo usilnej pracy nad własnym rozwojem osobistym, wciąż zdarza mi się, że mam pretensje do innych ludzi lub sytuacji. Jestem dużo bardziej tolerancyjny niż kiedyś wobec tego, co przynosi mi życie, jednak daleko mi jeszcze do całkowitego pokochania wszystkich aspektów mojego życia.

—Jak mam wytłumaczyć ludziom, że wszyscy jesteśmy całkowicie odpowiedzialni za nasze problemy? — zapytał doktor Hew Len. — Jeśli chcesz rozwiązać problem, popracuj nad sobą. Jeżeli problem dotyczy innej osoby, zadaj sobie pytanie: „Co takiego dzieje się *we mnie,* co powoduje, że ta osoba mnie drażni?". Ludzie pojawiają się w twoim życiu tylko po to, żeby cię denerwować! Jeśli będziesz o tym pamiętał, poradzisz sobie w każdej sytuacji. Jak? To proste: „Przepraszam za wszystko, co się dzieje. Wybacz mi, proszę".

Doktor Hew Len wyjaśnił, że masażysta lub kręgarz, do którego przychodzi pacjent z chorym kręgosłupem powinien zadać sobie pytanie: „Co takiego dzieje się *we mnie,* co objawia się u tej osoby jako ból pleców?".

Było to całkowicie nowatorskie podejście. Po części wyjaśnia ono, w jaki sposób doktor Hew Len uzdrowił tych wszystkich chorych psychicznie przestępców. Nie pracował nad nimi; pracował nad *sobą.*

Doktor Hew Len powiedział, że w głębi duszy wszyscy jesteśmy czyści, wolni od programów, wspomnień, a nawet inspiracji. Na tym właśnie polega Stan Zerowy. Tutaj nie ma żadnych ograniczeń. Im dłużej żyjemy, tym więcej programów i wspomnień gromadzimy, nabywając je niczym przeziębienie. Gdy łapie nas przeziębienie, nie złościmy się, lecz robimy wszystko, co w naszej mocy, żeby je wyleczyć. Tak samo jest z programami — „zarażamy się nimi". Kiedy widzimy program u innej osoby, przejmujemy go. Jedynym sposobem, żeby się z niego uwolnić, jest oczyszczenie.

—Jest sposób na to, żeby uwolnić się od problemów i chorób, jeżeli tylko jesteśmy gotowi wziąć na siebie stuprocentową odpowiedzialność za własne życie, chwila po chwili — kontynuował doktor Hew Len. — W starożytnej hawajskiej metodzie uzdrawiania ho'oponopono prosimy Miłość, żeby ta naprawiła błędy wewnątrz nas. Mówimy: „Przepraszam. Proszę, wybacz mi to, co się dzieje w moim wnętrzu i objawia się jako problem". Wtedy Miłość naprawi nasze błędy, które my postrzegamy jako problemy. I dodał: — Ho'opo-nopono postrzega każdy problem nie jako męczarnię, lecz jako nową szansę. Problemy to tylko powracające wspomnienia z przeszłości, które dają nam kolejną szansę na to, żeby spojrzeć na świat oczyma miłości i zacząć działać pod wpływem inspiracji.

Nie wolno mi tutaj opisywać szczegółowo przebiegu warsztatów. Mówię poważnie. Musiałem podpisać specjalną zgodę na nieujawnia-nie informacji. Jedno mogę Ci powiedzieć na pewno: wszystko sprowadza się do wzięcia pełnej odpowiedzialności za własne życie.

Na pewno już gdzieś o tym słyszałeś. Ja również. Jednak nigdy wcześniej nie spotkałem się z tak kompleksowym podejściem do tego zagadnienia, jak na seminarium u doktora Hew Len. Całkowita odpowiedzialność oznacza zaakceptowanie wszystkiego — nawet ludzi, którzy wkraczają w Twoje życie razem ze *swoimi* problemami, ponieważ ich problemy to Twoje problemy. Oni są częścią *Twojego życia,*

dlatego jeśli weźmiesz pełną odpowiedzialność za swoje życie, automatycznie musisz wziąć odpowiedzialność również za to, czego *oni* doświadczają (Przeczytaj to jeszcze raz. No, dalej!).

Ten nowatorski pogląd otwiera umysł, poszerza horyzonty i... przyprawia o ból głowy. Jeśli zaczniesz żyć zgodnie z nowymi zasadami, Twoje życie zmieni się nie do poznania. Jednak samo zaakceptowanie faktu, że jesteśmy w stu procentach odpowiedzialny za własne życie, wykracza poza percepcyjne możliwości większości z nas.

Kiedy już to osiągniesz, pozostanie do rozwiązania jeszcze jedna kwestia: jak zmienić siebie, tak aby zmienił się cały świat.

Jedynym sposobem gwarantującym pewny sukces jest powtarzanie słów „Kocham Cię". To kod, który uruchamia proces uzdrawiania. Pamiętaj jednak, że dotyczy on *Ciebie,* a nie innych ludzi. Ich problem to *Twój* problem, a zatem praca nad *nimi* nie pomogłaby *Tobie.* Ci ludzie nie potrzebują uzdrowienia — *Ty go potrzebujesz.* Musisz uleczyć sam siebie. To Ty jesteś źródłem *wszystkich* doświadczeń.

Taka właśnie jest *istota* unowocześnionego procesu Ho'opono-pono. Daj sobie czas i przemyśl *to* dobrze.

A kiedy będziesz to robił, ja będę cicho powtarzać „Kocham Cię".

Jedną z najważniejszych rzeczy, jakich dowiedziałem się w trakcie tego weekendowego seminarium, jest to, że każde nasze działanie bierze się ze wspomnienia lub inspiracji. Wspomnienia to myśli; inspiracja to zezwalanie. Większość z nas żyje głównie wspomnieniami. Nie zdajemy sobie z tego sprawy, ponieważ z natury jesteśmy nieświadomi.

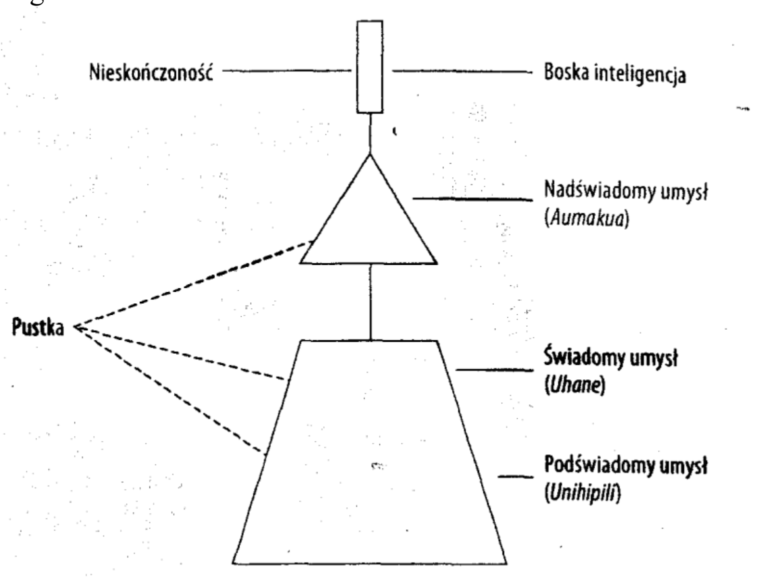
Zgodnie z tą teorią, Boska Moc zsyła do nas z góry komunikat, prosto do naszych umysłów. Jednak wspomnienia często go zagłuszają, powodując, że nie słyszymy inspiracji, nie mówiąc już o podjęciu odpowiednich działań. W efekcie Boska Moc nie ma możliwości, żeby do nas dotrzeć. Jesteśmy zbyt pochłonięci głosami rozbrzmiewającymi w naszej głowie, żeby ją usłyszeć.

Doktor Hew Len narysował kilka ilustracji, aby przybliżyć nam tę kwestię (zobacz diagram Stan Pustki). Pierwsza z nich przedstawiała trójkąt symbolizujący człowieka. W środku nie ma nic oprócz Boskiej Mocy. To właśnie jest Stan Zerowy, w którym nie ma żadnych ograniczeń.

Inspiracja pochodzi od Boskiej Mocy, a wspomnienia są programem funkcjonującym w zbiorowej podświadomości rodzaju ludzkiego. Programy to przekonania, które dzielimy z ludźmi mającymi takie same poglądy. Naszym zadaniem jest skasować te programy i wrócić do Stanu Zerowego, w którym poczujemy prawdziwą inspirację.

Doktor Hew Len poświęcił dużo czasu na wyjaśnienie zjawiska dzielenia wspomnień. Gdy dostrzegasz w kimś cechę, która Ci się nie podoba, oznacza to, że też masz tę wadę. Twoim zadaniem jest oczyszczenie się z niej. Jeśli to zrobisz, uzdrowisz również drugą osobę, a nawet więcej: negatywna cecha zniknie z tego świata.

—Jednym z najbardziej uporczywych programów funkcjonujących na tym świecie jest nienawiść kobiet do mężczyzn — wyjawił doktor Hew Len. — Wciąż staram się z niego oczyścić, jednak moja praca przypomina mi wyrywanie chwastów rosnących na wielkim, zaniedbanym polu. Każdy z tych chwastów to odnóże programu.



Nienawiść kobiet do mężczyzn jest bardzo mocno zakorzeniona w ich umysłach. Musimy ją pokochać, żeby ją zneutralizować.

Nie do końca umiałem to zrozumieć. Wyglądało to na kolejny model, mapę świata. Każda psychologia, filozofia i religia ma taki model. Ten zainteresował mnie szczególnie, ponieważ wydaje się, że mógłby on uzdrowić całą planetę. Skoro doktor Hew Len wyleczył cały oddział psychicznie chorych przestępców, dlaczegóżby nie sięgnąć dalej?

Doktor Hew Len zauważa jednak, że metoda ho'oponopono wcale nie jest prosta. Wymaga dużego poświęcenia.

— Tutaj nie można oczekiwać szybkich efektów — twierdzi terapeuta. — To nie jest okienko McDrive, w którym zamawiasz jedzenie i od razu je odbierasz. Bóg nie przyjmuje zamówień. Dlatego wciąż musisz się oczyszczać, oczyszczać i jeszcze raz oczyszczać.

Doktor Hew Len opowiedział historie o ludziach, którzy dzięki metodzie oczyszczania osiągnęli rzeczy powszechnie uznawane za niemożliwe. Jedną z tych osób była inżynier NASA, która zgłosiła się do terapeuty z problemem dotyczącym rakiety.

— Ponieważ przyszła do mnie, uznałem, że ja muszę być częścią jej problemu — wyjaśnił doktor Hew Len. — Dlatego przeprowa dziłem proces oczyszczenia. Powiedziałem „Przepraszam" rakiecie. Pani inżynier wróciła do mnie jakiś czas później i powiedziała, że rakieta w jakiś sposób sama się naprawiła podczas lotu.

Czy ho'oponopono wpłynęło na działanie rakiety? Zarówno doktor Hew Len, jak i pani inżynier potwierdzają tę tezę. Rozmawiałem z nią osobiście — powiedziała, że to jest niemożliwe, żeby rakieta sama się naprawiła. Musiało zdarzyć się coś innego — coś, co trzeba nazwać cudem. Według niej pomógł proces oczyszczenia przeprowadzony przez doktora Hew Len.

Ta historia nie przekonała mnie całkowicie, ale muszę przyznać, że nie potrafię znaleźć innego, lepszego wyjaśnienia.

W trakcie jednej z przerw w seminarium podszedł do mnie mężczyzna i powiedział:

— Nazywa się pan tak samo, jak pewien znany specjalista od mar ketingu internetowego.

Nie byłem pewien, czy żartował, czy mówił serio, więc zapytałem:

— Naprawdę?

— Tak. Ten człowiek napisał dużo książek na temat marketingu duchowego i hipnotycznych tekstów. To fajny facet.

— Ten facet *to ja* — powiedziałem.

Mężczyzna zawstydził się. Mark Ryan słyszał całą tę rozmowę i uznał, że była bardzo zabawna.

To, czy ludzie wiedzieli, że jestem znaną postacią, nie miało to większego znaczenia, ponieważ zdobyłem sobie lokalną sławę na sali wykładowej. Doktor Hew Len tyle razy wzywał mnie do odpowiedzi, że pozostali uczestnicy uznali, iż mnie wyróżnia. Ktoś nawet zapytał, czy jestem z nim spokrewniony. Odpowiedziałem, że nie, i spytałem, skąd ten pomysł. „Nie wiem, ale to wygląda tak, jakby się na panu koncentrował".

Nigdy nie poczułem się wyróżniony w negatywny sposób. Podobało mi się, że byłem w centrum uwagi; sądziłem, że w ten sposób doktor Hew Len chce mi pomóc, wiedząc, że jestem autorem książek i mam wielu zwolenników w internecie. Moim zdaniem jakaś część jego wiedziała, że jeśli zrozumiem, na czym polega proces uzdrawiania, będę mógł pomóc wielu ludziom.

Wtedy jeszcze nie wiedziałem, że doktor Hew Len zainspirowany przez Boską Moc przygotowywał mnie, żebym został guru — nie dla świata, lecz dla samego siebie.



# Kocham Cię

Me *możesz wypierać się tego, co jest doskonałe, całe, kompletne i odpowiednie dla Ciebie, gdy jesteś swoim pierwszym Sobą. Będąc swoim pierwszym Sobą, automatycznie doświadczasz doskonałości pod postacią Boskich Myśli, Słów, Uczynków i Działań. Jeżeli na pierwszym miejscu stawiasz toksyczne myśli, automatycznie doświadczasz niedoskonałości pod postacią chorób, zagubienia, odrzucenia, depresji, oceny i ubóstwa.*

— dr Ihaleakala Hew Len

Starałem się wyciągnąć jak najwięcej z lekcji doktora Hew Len, ale wiedziałem, że przede mną jest jeszcze dużo nauki. Zawsze byłem otwarty na nową wiedzę i chłonąłem informacje jak gąbka. Podczas pierwszego seminarium zacząłem czuć, że moim głównym zadaniem jest powtarzanie słów „Kocham Cię" wszystkiemu, co stanie na mojej drodze, bez względu na to, czy postrzegam to jako coś pozytywnego, czy negatywnego. Im więcej ograniczających programów jestem w stanie wyłączyć, tym większe mam szanse na osiągnięcie Stanu Zerowego i sprowadzenie pokoju na siebie, a w efekcie również na całą planetę.

Mark miał trochę większe trudności ze zrozumieniem tego, o czym mówił doktor Hew Len na seminarium. Za wszelką cenę chciał spojrzeć na całe zagadnienie w kategoriach logicznych. Dla mnie stawało się jasne, że w tym procesie umysł nie ma pojęcia, co się dzieje, dlatego szukając logicznego wyjaśnienia, z góry skazujemy się na porażkę.

Doktor Hew Len wielokrotnie powtarzał, że nasza świadomość jest w stanie przyswoić tylko piętnaście informacji naraz, wybierając je spośród 15 milionów informacji, jakimi jest bombardowana w każdym momencie. Nie mamy najmniejszych szans na to, żeby ogarnąć wszystkie elementy, które składają się na nasze życie. Musimy sobie odpuścić. Musimy zaufać.

Przyznaję, że to brzmiało jak kompletne wariactwo. Jeden z uczestników nagle zgłosił się i powiedział, że widzi w ścianie otwarte przejście, przez które przechodzą duchy zmarłych.

— Czy wiesz, dlaczego je widzisz? — zapytał doktor Hew Len.

— Dlatego, że przed chwilą rozmawialiśmy o duchach — odpowiedział ktoś z sali.

— Tak jest — potwierdził doktor Hew Len. — Rozmawiając o nich, przyciągnąłeś je do siebie. Nie chcesz widzieć innych światów. Masz wystarczająco dużo do zrobienia tutaj, na tej ziemi.

Ja nie widziałem żadnych duchów. Miałem mieszane uczucia odnośnie ludzi, którzy twierdzą, że mają kontakt z istotami pozaziemskimi. Film *Szósty zmysł* podobał mi się, ale traktowałem go jak fikcję. Nie chciałem, żeby duchy zmarłych zaczęły kontaktować się ze mną i przemawiać do mnie.

Jednak dla doktora Hew Len to było coś zupełnie normalnego. Opowiedział nam, że gdy pracował w szpitalu psychiatrycznym, o północy słyszał dźwięk spuszczania wody w toaletach, chociaż w środku nikogo nie było.

— To miejsce było przepełnione duchami — powiedział. — Na moim oddziale umarło wielu pacjentów, jednak oni o tym nie wiedzieli. Wciąż tam byli.

Czy nadal korzysta z tamtych toalet? Myślę, że tak.

Jakby to nie było wystarczająco dziwne, doktor Hew Len wyjaśnił, że jeśli kiedykolwiek zdarzy nam się rozmawiać z kimś, kto ma prawie białe źrenice i tęczówki, a kąciki jego oczu są przymglone, ta osoba jest opętana.

— Nawet nie próbujcie z nimi rozmawiać — ostrzegał. — Szybko dokonajcie wewnętrznego oczyszczenia i miejcie nadzieję, że pomoże ono rozproszyć mrok, który ogarnia tego człowieka.

Ogólnie rzecz biorąc, jestem osobą otwartą, jednak opowieści o opętanych duszach i duchach, które w nocy korzystają z toalety, to już było dla mnie za dużo. Mimo to nie wyszedłem z sali. Chciałem poznać sekrety uzdrawiania, które dadzą mi (a w dalszej kolejności również innym ludziom) zdrowie, szczęście i bogactwo. Nigdy nie sądziłem, że aby to osiągnąć, będę musiał wejść w strefę mroku i odbyć spacer wśród nieżywych.

Innym ciekawym punktem seminarium było położenie się na podłodze i wykonywanie ćwiczeń, których celem było uwolnienie energii nagromadzonej w naszych ciałach. Doktor Hew Len wezwał mnie do siebie.

— Gdy na nią patrzę, widzę ludzi głodujących na Sri Lance — powiedział.

Zerknąłem tam, gdzie wskazywał doktor, ale zobaczyłem tylko kobietę rozciągającą się na dywanie.

— Mamy tak wiele do oczyszczenia — westchnął.

Byłem zdezorientowany, ale chciałem wprowadzić w życie nowo nabytą wiedzę. Najprostszym sposobem było zwykłe powtarzanie słów „Kocham Cię" — i tak właśnie zrobiłem. Jednego wieczoru, gdy poszedłem do toalety, poczułem ból świadczący o infekcji dróg moczowych. Z myślą o tym zakażeniu, wypowiadałem słowa „Kocham Cię", kierując je do Boskiej Mocy. Szybko zapomniałem o bólu, a następnego ranka czułem się już zupełnie dobrze.

Wciąż powtarzałem w myślach słowa „Kocham Cię", bez względu na to, czy w moim życiu działy się dobre, czy złe rzeczy. Robiłem wszystko, co w mojej mocy, żeby się oczyścić — bez względu na to, czy byłem świadomy tego, co się dzieje w mojej głowie, czy nie. Oto przykład działania tej metody:

Pewnego dnia odebrałem e-mail, który mnie zdenerwował. Wcześniej poradziłbym sobie z tym problemem, próbując poskromić emocje albo dyskutując z osobą, która napisała do mnie te nieprzyjemne słowa. Tym razem

jednak postanowiłem wypróbować metodę doktora Hew Len.

Zacząłem powtarzać w myślach słowa „Przepraszam" „Kocham Cię". Nie kierowałem ich do konkretnego adresata. Po prostu próbowałem obudzić ducha miłości, który uleczy mnie z tego, co przyciągnęło lub nawet wywołało tę sytuację.

W ciągu godziny dostałem kolejną wiadomość od tego samego mężczyzny, w której przepraszał za poprzedni list.

Zauważ, że nie podjąłem żadnych zewnętrznych działań, żeby otrzymać przeprosiny. Nawet nie odpisałem na obraźliwy e-mail. Jednak w jakiś sposób powtarzanie słów „Kocham Cię" uzdrowiło mnie z ukrytego, ograniczającego programu, który łączył mnie z autorem e-maiła.

Proces ten nie zawsze przynosi natychmiastowe rezultaty. Jego głównym celem nie jest osiąganie efektów, lecz uzyskanie spokoju. To właśnie on pomoże Ci zdobyć to, czego pragniesz.

Oto przykład: kiedyś jeden z moich pracowników po prostu zniknął. Miał wykonać określone zadanie w ramach bardzo pilnego projektu. Nie tylko nie wypełnił swojego obowiązku — po prostu zniknął z powierzchni ziemi.

Nie przyjąłem tej wiadomości zbyt dobrze. W tamtym czasie znałem już metodę doktora Hew Len, jednak trudno było mi powtarzać „Kocham Cię", gdy po głowie chodziły mi słowa „Mam ochotę Cię zabić". Za każdym razem, gdy pomyślałem o tym pracowniku, czułem wściekłość.

Mimo to powtarzałem słowa „Kocham Cię", „Wybacz mi, proszę" i „Przepraszam". Nie kierowałem ich do konkretnej osoby. Po prostu je wypowiadałem. Rzecz jasna, nie czułem wtedy miłości. Prawdę mówiąc, musiałem powtarzać ten proces przez trzy dni, żeby wreszcie osiągnąć jako taki spokój.

Wtedy nagle pojawił się mój pracownik. Zadzwonił do mnie z prośbą o pomoc. Dałem mu to, o co prosił, po czym wróciłem do powtarzania frazy „Kocham Cię". Nie odnotowałem natychmiastowych rezultatów, ale odnalezienie wewnętrznego spokoju wystarczyło, żebym poczuł się szczęśliwy. Co ciekawe, jakimś sposobem mój pracownik poczuł to samo. To właśnie wtedy poprosił strażnika więziennego o skorzystanie z telefonu. Gdy do mnie zadzwonił, mogłem wreszcie zapytać go o wszystkie niewyjaśnione kwestie związane z projektem.

Kiedy po raz pierwszy wziąłem udział w seminarium ho'oponopono prowadzonym przez doktora Hew Len, ten pochwalił moją książkę *Moc Przyciągania.* Powiedział, że jeśli dokonam wewnętrznego oczyszczenia, moja książka wywoła wibracje, które poczują wszyscy jej czytelnicy. Inaczej mówiąc: jeżeli będę się udoskonalać, moi czytelnicy odczują efekty na własnej skórze.

— A co z książkami, które już zostały sprzedane? — zapytałem.

Moja książka była bestsellerem i wielokrotnie ją wznawiano. Martwiłem się o tych wszystkich, którzy już zakupili jej egzemplarze.

_ Tych książek tam nie ma — wyjaśni! doktor Hew Len, po raz kolejny uderzając mnie swoją mistyczną mądrością. — One wciąż są w tobie. -

Krótko mówiąc, nie ma żadnego „tam".

Wyjaśnienie zaawansowanej techniki hawajskiego doktora z taką szczegółowością, na jaką zasługuje, wymagałoby książki poświęconej wyłącznie tej tematyce, dlatego zależało mi, żeby doktor wyraził zgodę na napisanie tej. Dość powiedzieć, że zawsze, gdy chcesz poprawić jakiś aspekt Twojego życia, od finansów po relacje z partnerem, powinieneś szukać odpowiedzi tylko w jednym miejscu — *w swoim wnętrzu.*

Nie wszyscy uczestnicy seminarium zrozumieli, *co* doktor Hew Len chciał nam przekazać. Pod koniec ostatniego dnia szkoleń zaczęli bombardować go pytaniami, które świadczyły o usilnych próbach ujęcia metody doktora w kategoriach logicznych:

—Jak moje oczyszczenie może wpłynąć na drugą osobę?

—Jak się ma do tego wszystkiego wolna wola? , — Dlaczego wciąż atakują nas terroryści?

Doktor Hew Len milczał. Ja siedziałem wtedy z tyłu sali i miałem wrażenie, że patrzy prosto na mnie. Wyglądał na rozczarowanego. Przez cały czas starał się nam przekazać, że nie ma żadnego „tam", że wszystko znajduje się wewnątrz nas — dlatego prawdopodobnie uznał, że brak zrozumienia u jego słuchaczy był odzwierciedleniem jego własnego braku zrozumienia. Wyglądał, jakby zaraz miał głęboko westchnąć. Wyobrażałem sobie, że powtarzał wtedy w myślach „Przepraszam. Kocham Cię".

Zauważyłem, że wielu uczestników seminarium miało hawajskie imiona, chociaż wcale nie wyglądali na Hawajczyków. Razem z Markiem zapytaliśmy ich o to. Powiedzieli nam, że jeżeli ktoś czuje taką potrzebę, może poprosić doktora Hew Len o nadanie mu nowego imienia. Celem tego zabiegu było zidentyfikowanie się ze swoim nowym, ja", które ostatecznie prowadziło do utraty wszelkiej tożsamości i połączenie się z Boską Mocą w Stanie Zerowym.

Dobrze wiedziałem, czym jest potęga nowego imienia. W 1979 przyjąłem imię Swami Anand

Manjushri. Nadał mi je mój ówczesny nauczyciel, Bhagwan Shree Rajneesh. W tamtym czasie borykałem się z problemami z przeszłości, próbowałem wyjść z biedy i szukałem celu w życiu. Nowe imię pomogło mi zacząć wszystko od nowa. Używałem go przez siedem lat. Nic dziwnego, że zacząłem się zastanawiać, czy doktor Hew Len mógłby nadać mi nowe imię.

Kiedy go o to zapytałem, odpowiedział, że musi skonsultować się z Boską Mocą. Gdy poczuje inspirację, powie mi, jaką odpowiedź otrzymał. Mniej więcej miesiąc po pierwszym seminarium napisał do mnie:

Drogi Joe

Wczoraj nad moim umysłem zawisła chmura. Rozpoczęła transformacją, kłębiąc się w miękką, mięciutką żółć. A potem rozciągnęła się niczym dziecko, które budzi się na nie widzialność. Z tej nie widzialności wyłoniło się imię Ao akua, czyli **„Pobożny".**

Dzisiaj w jednym z e-maili przeczytałem następujący cytat:

„Panie, który obdarzyłeś mnie życiem, obdarz mnie sercem wypełnionym wdzięcznością".
Życzę Ci Pokoju ponad wszelkie zrozumienie.
Pokój od „ja"
Ihaleakala

Imię Ao Akua bardzo mi się spodobało, jednak nie miałem pojęcia, jak je wymówić. Podzieliłem się moimi wątpliwościami z doktorem Hew Len. Oto, co mi odpisał:

Drogi Joe
A brzmi jak litera „a" w słowie „father".
0 brzmi jak wykrzyknienie „oh".
K brzmi jak litera „k" w słowie „kitchen".
U brzmi jak litera „u" w stówie „blue".
Pokój od „ja"
Ihaleakala

A więc wiedziałem już, jak wymawiać moje nowe imię. Nigdy nie użyłem go publicznie. Podpisywałem się nim tylko w listach do doktora Hew Len. Później, gdy zacząłem prowadzić blog na stronie *WWW.*JoeVitale. com, wprowadziłem zasadę kończenia każdego wpisu słowami „Ao Akua". Rzadko kiedy ktoś pytał, co to znaczy. Lubiłem kończyć wpisy w blogu moim nowym imieniem, ponieważ miałem wtedy wrażenie, że proszę Boską Moc o oczyszczenie błoga za pomocą frazy, która dla mnie oznaczała rozproszenie chmur zasłaniających Boga.

Weekendowe szkolenie zainstalowało w mojej głowie słowa „Kocham Cię" (przynajmniej na jakiś czas), jednak ja chciałem czegoś więcej. Napisałem do doktora Hew Len list z zapytaniem, czy mógłby przyjechać do Teksasu i przedstawić metodę ho'oponopono niewielkiej grupie znajomych. To był mój plan zagarnięcia go dla siebie. Wymyśliłem sobie, że doktor przyjedzie do Teksasu, wygłosi krótki referat, a potem ja ugoszczę go u siebie. W trakcie tych odwiedzin wypytam go o wszystko, co wie, a także dowiem się wreszcie, jak udało mu się wyleczyć cały oddział chorych psychicznie przestępców. Doktor Hew Len zgodził się na mój pomysł i napisał do mnie następujący e-mail:

Drogi Joe

Dziękuję, że znalazłeś czas, żeby do mnie zadzwonić. Nie musiałeś, a jednak to zrobiłeś. Jestem Ci za to wdzięczny.

Proponuję, aby moja nieformalna wizyta w Austin przyjęta formę wywiadu. Tłem dla niego może być badanie nad metodami rozwiązywania problemów, które opisałeś w swojej książce *Adventures Within: Confessions of an Inner World Journalist.* Ty będziesz kimś więcej niż zwykłym dziennikarzem przeprowadzającym wywiad, a ja postaram się, żeby nasza rozmowa dostarczyła słuchaczom wyjątkowych wrażeń.

Podczas przekazywania informacji ważne jest zrozumienie. Zazwyczaj najwięcej niejasności wywołuje sam problem, a nie jego przyczyna. Jak rozwiązać problem, gdy nie do końca go rozumiemy? Gdzie odbywa się przetwarzanie informacji? W Umyśle? Co to takiego? A może w Organizmie (tak twierdzi większość ludzi)? A może i tu, i tam? A może w żadnym z tych miejsc?

Nie wiadomo nawet, kto lub co zajmuje się rozwiązywaniem problemu.

W swojej książce napisałeś, że trudno jest odłożyć na bok uprzedzenia i oceny, nawet wtedy, gdy próbujemy rozwiązać problem za pomocą takich metod, jak Opcja czy Forum. Czy osądy i przekonania stoją nam na drodze? Niech wszyscy dowiedzą się, na czym polega prawdziwy problem.

Nieformalny wywiad nie powinien dotyczyć tego, które metody są dobre, a które złe; które są właściwe, a które nie przynoszą pożądanych skutków. W ten sposób wywołalibyśmy tylko większą niepewność. Wykonamy

wspaniatą robotę, jeśli uda nam się rzucić choć trochę światła na omawiane zagadnienie.

Oczywiście, każdy moment ma swój indywidualny rytm. Szekspirowski Brutus w *Juliuszu Cezarze* powiedział (parafrazując): „Będziemy musieli poczekać, aż dzień się skończy, żeby się dowiedzieć, co z tego wyszło". I tak właśnie zrobimy.

Jestem ciekawy, co sądzisz o mojej propozycji wywiadu. Nie jestem do niej przywiązany tak, jak Brutus do końca.

Pokój, Ihaleakala

Zaraz potem rozgłosiłem, że organizuję prywatną kolację z doktorem Hew Len. Myślałem, że pojawi się na niej najwyżej pięć lub sześć osób. Okazało się, że zainteresowanie wyraziło prawie stu chętnych. Ostatecznie 75 osób zapłaciło za możliwość udziału w tej wyjątkowej kolacji.

Doktor Hew Len zaskoczył mnie, prosząc o listę wszystkich, którzy zgłosili chęć udziału w naszej kolacji. Chciał najpierw ich oczyścić. Nie byłem pewny, co to oznaczało, ale zrobiłem to, o co prosił. Oto, co mi odpisał:

Dziękuję za listę, Ao Akua.

Chodzi mi tylko o oczyszczenie — o szansę na to, żeby pozbyć się niepotrzebnych myśli i przekonań i zjednoczyć się z Bogiem.

A potem, duszo, żyj po stracie sługi;
Pozwól, żeby żal i tęsknota trwały;
Kupuj fragmenty Boskości, sprzedając godziny nudy;
Ona cię nasyci, bez niej będziesz w biedzie cały;
Nakarmisz się Śmiercią, tak jak ona człowiekiem, Aż wreszcie ona umrze i zniknie na wieki.

Niech Pokój będzie z Tobą

Ihaleakala

Kiedy odebrałem doktora Hew Len z lotniska w Austin, ten od razu zaczął wypytywać mnie o moje życie.

— W swojej autobiograficznej książce — miał na myśli *Adven- tures Within* — napisałeś, że robiłeś wiele rzeczy, żeby odnaleźć pokój. Która z tych metod jest najskuteczniejsza?

Zastanowiłem się przez chwilę i powiedziałem, że wszystkie mają dużą wartość, ale najbardziej skuteczny i niezawodny jest chyba Proces Opcji. Wyjaśniłem, że polega on na zakwestionowaniu przekonań w celu poznania prawdy.

— Gdy zakwestionujesz przekonania, co ci pozostanie?

— Co mi pozostanie? — powtórzyłem. —Jasność i zrozumienie w kwestii wyboru.

— A skąd bierze się to zrozumienie? — zapytał. Nie byłem pewny, do czego zmierza.

— Dlaczego ktoś, kto jest bogaty, jednocześnie może być dup kiem? — zapytał nagle.

To pytanie kompletnie mnie zaskoczyło. Chciałem wyjaśnić doktorowi, że bogactwo i bycie „dupkiem" nie wykluczają się. Nigdzie nie napisano, że tylko anioły są bogate. Może być tak, że niesympatyczna osoba ma czyste myśli odnośnie pieniędzy, dlatego jest bogata, mimo że trudno z nią wytrzymać. Jednak nie potrafiłem wyrazić tych wszystkich myśli słowami.

— Nie mam pojęcia — wyznałem. — Wydaje mi się, że nie trzeba zmieniać osobowości, żeby się wzbogacić. Wystarczy, że wyznajesz przekonania, które akceptują bogactwo.

— A skąd biorą się te przekonania? — zapytał.

Pamiętając szkolenia u doktora Hew Len, wiedziałem, jak powinna brzmieć odpowiedź:

— Są różne programy, które ludzie przejmują w toku swojego życia.

Mój rozmówca ponownie zmienił temat i przyznał, że naprawdę potrafię pisać hipnotyczne teksty. Pomysł książki o ho'oponopono mojego autorstwa coraz bardziej mu się podobał.

—Jesteś gotowy na to, żebym już teraz zaczął pisać tę książkę?

— Zobaczmy, co się wydarzy w ten weekend — odpowiedział.

— A propos, jak poprowadzimy tę kolację? — zapytałem. Lubiłem mieć wszystko pod kontrolą, żeby mieć pewność, że wszystko pójdzie sprawnie i każdy dostanie to, czego chce.

—Ja nigdy nic nie planuję — odparł. — Ufam Boskiej Mocy.

— Ale jak to zrobimy? Kto przemówi pierwszy: ty, ja, czy jeszcze ktoś inny? A może przygotowałeś dla mnie wstęp, który mam przeczytać w twoim imieniu?

— Zobaczymy — powiedział. — Niczego nie planuj.

Poczułem się nieswojo. Lubię wiedzieć, czego się ode mnie oczekuje. Doktor Hew Len popychał mnie ku ciemnościom. A może do światła? Wtedy nie byłem pewien. Doktor powiedział coś, czego pełnej mądrości wtedy jeszcze nie byłem w stanie pojąć:

— My, ludzie żyjący chwilą, nie zdajemy sobie sprawy ze stałego, silnego oporu stawianego wobec życia — zaczął. — To właśnie on sprawia, że jesteśmy trwale oddzieleni od Własnej Tożsamości, Wol ności, Inspiracji, a przede wszystkim od samego Boskiego Twórcy. Mówiąc najprościej, jesteśmy wysiedleńcami, bez celu wędrującymi po pustyni naszych umysłów. Nie potrafimy przestrzegać zasady Jezusa Chrystusa: „Nie lękajcie się". Nie wiemy, że Pokój zaczyna się od nas samych.

I dodał:

— Nasz opór sprawia, że znajdujemy się w ciągłym stanie nie nasycenia, który powoduje duchowe, umysłowe, fizyczne, finan sowe oraz materialne zubożenie. W przeciwieństwie do Szekspira, nie zdajemy sobie sprawy, że stoimy w miejscu, ponieważ uparcie stawiamy opór. Na każdą informację, którą świadomie przyswajamy, przypada co najmniej milion informacji, które docierają tylko do naszej podświadomości. A jedna informacja jest bezużyteczna dla naszego zbawienia.

Zapowiadał się fascynujący wieczór.

Doktor Hew Len chciał obejrzeć salę, w której miała się odbyć nasza kolacja. Była to duża sala balowa znajdująca się na najwyższym piętrze hotelu w centrum Austin. Kierowniczka sali była bardzo miła i wpuściła nas do środka. Doktor zapytał, czy mogłaby zostawić nas na chwilę samych. Zgodziła się i wyszła.

— Co zauważyłeś? — zapytał mnie. Rozejrzałem się dookoła i odpowiedziałem:

— Ten dywan wymaga czyszczenia.

—Jakie są twoje wrażenia? Tu nie ma dobrych ani złych odpowiedzi. Twoje odczucia mogą być zupełnie inne od moich.

Spróbowałem się zrelaksować i skupić na tym zadaniu. Nagle poczułem ogromny ruch, znużenie i mrok. Nie byłem pewny, czy o to chodziło doktorowi, ale opisałem mu swoje wrażenia.

— To pomieszczenie jest zmęczone — powiedział. — Ludzie przychodzą i szybko odchodzą, i nigdy nie zdążą go pokochać. Ono potrzebuje, żeby ktoś je docenił.

Pomyślałem, że to dość dziwne. Traktować pokój jak osobę? To on ma uczucia?

No dobrze, niech będzie.

__Ta sala mówi, że ma na imię Sheila.

__Sheila? To jest imię tego pomieszczenia?

— Sheila pragnie, żeby ją docenić.

Nie wiedziałem, co na to odpowiedzieć.

— Musimy poprosić o zgodę na zorganizowanie tu naszej kolacji — powiedział. — Zapytam Sheilę, czy ma coś przeciwko temu.

— I co powiedziała? — zadając to pytanie, poczułem się dość głupio.

— Mówi, że zgadza się na naszą kolację.

— To dobrze — odetchnąłem, przypomniawszy sobie, że kaucja, którą wpłaciłem na tę salę, była bezzwrotna.

Doktor Hew Len przeszedł do wyjaśnień:

— Kiedyś przygotowywałem się do wykładu w sali konferen cyjnej i zacząłem rozmawiać z krzesłami. Zapytałem: „Czy jest ktoś, o kim zapomniałem? Czy ktoś na tej sali ma problem, którym powinienem się zająć?". Jedno z krzeseł odpowiedziało: „Wiesz, na poprzednim seminarium siedział na mnie facet, który miał problemy finansowe. To mnie kompletnie wyczerpało!". Kiedy *oczyściłem się* z tego problemu, zobaczyłem, jak krzesło się wyprostowało. Usły szałem: „Dobrze! Teraz mogę wziąć na siebie kolejny ciężar!".

Ten człowiek rozmawia z krzesłami?

Mimo że brzmiało to niewiarygodnie, chciałem usłyszeć więcej o tym niezwykłym procesie. Doktor Hew Len wyjaśnił:

— Tym, co chcemy osiągnąć, jest nauczenie czegoś tej sali. Mówię do niej i do wszystkiego, co się w niej znajduje: „Chcecie się dowiedzieć, jak działa Ho'oponopono? Nie zabawię tu długo. Czyż nie byłoby miło, gdybyście mogły same przeprowadzić ten proces?". Niektóre sprzęty odpowiadają „Tak", inne „Nie", a jeszcze inne „Jesteśmy zbyt zmęczone!".

Przypomniało mi się, że w wielu starożytnych kulturach ludzie uważali, że każdy przedmiot jest żywy. Jim PathFinder Ewing w swojej książce *Clearing* wyjaśnia, że energia gromadzi się w różnych miejscach. Wyobrażanie sobie, że sale i krzesła mają uczucia, nie wydaje się aż tak szalone. Jednak wymagało to pewnej gimnastyki umysłu. Jeżeli jest tak, jak mówi fizyka — że wszystko, co widzimy wokół nas, składa się wyłącznie z energii, to rozmawianie z krzesłami i pomieszczeniami może być sposobem na przemieszczenie tej energii i nadanie jej nowej, czystszej formy.

Ale to, że krzesła i pokoje odpowiadają?

Wtedy nie byłem jeszcze na to gotowy.

Doktor Hew Len wyjrzał przez okno i popatrzył na linię dachów. Z wielkimi, wysokimi budynkami i stanową siedzibą kongresu horyzont wydawał mi się piękny.

Jednak doktor uważał inaczej.

— Widzę nagrobki — powiedział. — To miasto jest pełne umarłych.

Wyjrzałem przez okno. Nie widziałem żadnych grobów ani umar-laków. Zobaczyłem tylko miasto. Po raz kolejny przekonałem się, że doktor Hew Len korzysta jednocześnie z obu półkul mózgowych, dzięki czemu widzi struktury i metafory, a nawet do nich przemawia. Ja tego nie potrafiłem. Spałem na stojąco, z szeroko otwartymi oczami.

W hotelu spędziliśmy około 30 minut. W tym czasie doktor Hew Len spacerował po sali, prosił o wybaczenie, wyznawał miłość Sheili i oczyszczał się, oczyszczał, oczyszczał.

W pewnej chwili zadzwonił do kogoś. Powiedział rozmówczyni, gdzie się znajduje, opisał to miejsce i poprosił ją o wrażenia. Wyglądało na to, że potwierdziła jego odczucia. Po zakończeniu rozmowy usiadł przy stole i odezwał się do mnie.

— Moja przyjaciółka twierdzi, że ta sala pozwoli nam przepro wadzić tu kolację, jeżeli ją pokochamy.

—Jak mam ją pokochać?

— Po prostu powtarzaj jej „Kocham Cię" — odpowiedział.

Poczułem się głupio. Mam mówić „Kocham Cię" do pomieszczenia? Jednak zrobiłem, co w mojej mocy. Wiedziałem, że nie muszę czuć miłości, żeby ta metoda zadziałała. Wystarczyło, że będę powtarzał magiczne słowa. Tak więc uczyniłem. Prawda jest taka, że jeśli człowiek powtórzy słowa „Kocham Cię" kilka razy, rzeczywiście zaczyna odczuwać miłość.

Po kilku minutach ciszy doktor Hew Len podzielił się ze mną kolejną mądrością:

— Inspiracje i wspomnienia, które każdy z nas przechowuje, mają potężny wpływ na wszystko, co nas otacza, począwszy od innych ludzi, przez minerały, rośliny, aż do królestwa zwierząt. Gdy pamięć zostaje zamieniona w Zero, dzięki ingerencji Boskiej Mocy, ta sama zmiana dokonuje się w podświadomości wszystkich umysłów; *wszystkich*[1].

Na chwilę zapadła cisza, po której doktor kontynuował:

— To, co się dzieje w Twojej duszy w danym momencie, Jose- phie, w tym samym czasie dzieje się we wszystkich duszach. To wspa niałe uczucie, wiedzieć o tym. A jeszcze wspanialej jest uświadomić sobie, że możesz zwrócić się do Boskiego Twórcy z prośbą, żeby wyłą czył Twoje wspomnienia i wprowadził Twoją podświadomość w Stan Zerowy, wypełniając ją myślami, słowami, uczynkami i działaniami Boskiej Mocy, jednocześnie czyniąc to samo ze wszystkimi istotami na Ziemi.

Co można *na to* odpowiedzieć?

Jedyne, co przyszło mi do głowy, to słowa: „Kocham Cię".



# Kolacja z Boską Mocą

*Zaktualizowany proces Ho'oporwpono oparty na żalu, wybaczeniu i przeobrażeniu, jest prośbą skierowaną do Miłości, aby zlikwidowała toksyczną energie i zastąpiła ją samą sobą. Aby tego dokonać, Miłość przepływa przez umysł, zaczynając od jego duchowej części — nadświadomości. Potem kontynuuje swoją drogę przez intelekt i świadomość, uwalniając je z energii nagromadzonej w myślach. Na końcu przedostaje się do emocjonalnej części umysłu — podświadomości, uwalnia myśli z toksycznych emocji i wypełnia je sobą.*

— dr Ihaleakala Hew Len

Na zorganizowane przeze mnie spotkanie z doktorem Hew Len przyjechało ponad 70 osób. Nie spodziewałem się, że ten niezwykły nauczyciel przyciągnie aż tylu ludzi. Niektórzy z nich przyjechali z Oklahomy. Nie mam pojęcia, co nimi powodowało. Część przyszła z ciekawości. Byli również tacy, którzy przeczytali moją książkę *Moc Przyciągania* i chcieli dostać ode mnie wskazówki, jak powinni postępować.

Wciąż nie wiedziałem, co powiedzieć; od czego zacząć. Doktorowi Hew Len wyraźnie odpowiadało spontaniczne podejście do tematu. Siedział przy jednym ze stołów, a wszyscy chłonęli każde jego słowo. Oto, jak nasze spotkanie wspomina Cindy Cashman (która, przy okazji, zamierza być pierwszą osobą biorącą ślub w kosmosie — zobacz *http: //www. firstspacewedding. com/):*

[1] Odległość między Austin w stanie Teksas a stolicą Oklahomy (Oklahoma City) wynosi aż 630 km —*przyp. tłum.*

*To była sobota, 25 lutego 2006 roku. Przyjechałam do Austin, żeby posłuchać doktora Hew Len. Przy kolacji usiadłam obok niego. Główną rzeczą, którą chciał nam przekazać, było to, żebyśmy wzięli na siebie całkowitą odpowiedzialność'. W trakcie całego spotkania obserwowałam ogromne przepływy energii. Kobieta siedząca przy naszym stole miała za złe swojemu towarzyszowi, że nie zadzwonił do szpitala, gdy dopadł ją atak astmy. Doktor Hew Len odezwał się wtedy:*

*— Interesujesz mnie tylko ty. Słyszałem, że potrzebujesz wody, żeby powstrzymać atak astmy.*

*Jej energia natychmiast przeobraziła się z żalu we wdzięczność'. Z radością obserwowałam tę przemianę, ponieważ jeszcze przed chwilą surowo ją oceniłam, mówiąc sobie w duszy: „To jest jej wina", a zwykle staram się unikać towarzystwa ludzi, którzy mają cos'na sumieniu. Doktor Hew Len całkowicie przekształcił negatywną energię w pozytywną i pełną miłości.*

*Potem wzięłam do ręki hotelową butelkę z wodą. Wskazując na nią, powiedziałam do doktora Hew Len:*

*— Ta woda nie jest zbyt dobra! A ten odpowiedział:*

*—- Zdajesz sobie sprawę, co w tej chwili zrobiłaś?*

*Gdy tylko usłyszałam te słowa, uświadomiłam sobie, że wysłałam wodzie negatywne wibracje. Ojej! Znów poczułam wdzięczność do doktora za to, że pomógł mi zrozumieć, co zrobiłam.*

*Doktor Hew Len opowiadał mi o tym, że cały czas dokonuje wewnętrznego oczyszczenia. Gdy kobieta zaczęła publicznie obwiniać swojego towarzysza, doktor zapytał siebie: „Co takiego dzieje się we mnie, że ta kobieta tak się zachowała? Za co jestem całkowicie odpowiedzialny?".*

*Wysłał swoją energię do Boskiej Mocy, mówiąc: „Dziękuję — Kocham Cię — Przepraszam". Ta odpowiedziała mu: „Powiedz jej, żeby wypiła więcej wody".*

*Doktor powiedział mi:*

*— Wiem, jak się oczyścić, tak aby ona dostała to, czego potrzebuje, i żebym ja również dostał to, czego potrzebuję.*

*Doktor Hew Len rozmawia z Bogiem, a Bóg mu odpowiada. Kiedy będę całkowicie oczyszczona, zobaczę ludzi w taki sposób, w jaki postrzega ich sam Bóg.*

*Zapytałam doktora, czy mogłabym umówić się z nim na indywidualne spotkanie. Powiedział, że nie, ponieważ Boska Moc wyjawiła mu, że już posiadam potrzebną wiedzę.*

*Wspaniałe było usłyszeć te słowa.*

*Podsumowując: oto, czego nauczyła mnie dzisiejsza kolacja:*

*i. Zobaczyłam na własne oczy, jak doktor Hew Len przekształcił energię kobiety z żalu we wdzięczność.*
*2. Uświadomiłam sobie, jak niesprawiedliwie oceniłam tę kobietę.*
*3. Zrozumiałam, na czym polega system oczyszczania stosowany przez doktora, i zdałam sobie sprawę, jakie ogromne korzyści przynosi*
*. wszystkim, którzy go stosują.*
*4. Postanowiłam sobie, że dużo częściej będę mówić „Dziękuję" i „Kocham Cię".*

Zacząłem naszą wspólną kolację od spontanicznej opowieści o tym, jak poznałem tajemniczego terapeutę, który wyleczył cały oddział psychicznie chorych pacjentów. Wszyscy słuchali mnie z uwagą. Zachęciłem ich do zadawania pytań w trakcie naszej publicznej dyskusji, przypominającej słynne dialogi Sokratesa z Platonem, choć oczywiście na dużo mniejszą skalę.

Doktor Hew Len rozpoczął naszą rozmowę w następujący sposób: — Ludzie często pytają mnie: „A co z przekonaniami? Co z emocjami? Co z innymi tego rodzaju rzeczami?". Ja się tym nie zajmuję. Nie obchodzą mnie pytania typu „Jak to?". Jednak wiem, że wy będziecie chcieli mi je zadać, dlatego muszę rozprawić się z tym tematem. To tak, jakbym sięgnął do góry i dotknął czegoś, co parzy, a zaraz potem znowu włożył rękę w to samo miejsce. Dlatego gdy pojawiają się te zbędne, uciążliwe pytania — a nawet zanim się pojawią — szybko chowam rękę. Podobnie było z wejściem do tej sali; sali, która jest święta. Zanim to zrobiłem, porozmawiałem z nią. Zapytałem, jak ma na imię, ponieważ ona ma swoje imię. Potem spytałem: „Czy mogę wejść do tego pomieszczenia?". A ona odpowiedziała: „Dobrze, możesz". Załóżmy jednak, że jej odpowiedź była przecząca: „Nie,

bo jesteś (przepraszam za wyrażenie) do dupy". Wtedy musiałbym zajrzeć w głąb siebie i zrobić to, co trzeba — uzdrowić się w myśl zasady „lekarzu, lecz się sam". Konieczne jest, żebym wszedł do sali uzdrowiony, wolny od problemów; przynajmniej w tej chwili.

W tym momencie przerwałem doktorowi, aby przygotować grunt pod jego dalsze wypowiedzi. Chciałem, żeby wszyscy uczestnicy kolacji dowiedzieli się, kim jest doktor Hew Len i dlaczego zorganizowałem to spotkanie. Zaproponowałem im, żeby się rozluźnili i otworzyli swoje umysły. Kiedy jest z Tobą doktor Hew Len, nigdy nie wiesz, co się stanie.

Doktor zapytał wszystkich obecnych na sali, dlaczego kobiety chorują na raka piersi. Nikt nie znał odpowiedzi. On również. Powiedział, że w każdej sekundzie bombardują nas miliony informacji, ale myjesteśmy w stanie przyswoić najwyżej 20 z nich. To była jego myśl przewodnia. W ten sposób próbował nam powiedzieć, że nie mamy najmniejszego pojęcia, co się dzieje wokół nas.

— Nauka nie ma pewności, co się dzieje w naszym życiu — wyjaśnił. — Nawet matematycy mają podzielone zdanie odnośnie Stanu Zerowego. Charles Seife w swojej książce *Zero: The Biography oj a Dangerous Idea* podsumowuje to w ten sposób: „Wszyscy naukowcy wiedzą, że kosmos powstał z niczego i kiedyś do tego stanu powróci. Wszechświat zaczyna się i kończy na zerze". Dlatego ja sprowadziłem Wszechświat mojego umysłu do Stanu Zerowego. Usunąłem z niego wszystkie dane. Ten stan można nazywać w różny sposób: pustka, nicość, czystość. Nieważne, które określenie najbardziej wam odpowiada. Mój umysł jest teraz w Stanie Zerowym. Bez względu na to, co się wydarzy, nawet jeśli nie będę tego świadomy, proces, o którym wam zaraz opowiem to *ciągłe, bezustanne zerowanie.*

Widziałem, że większość słuchaczy była poruszona słowami doktora Hew Len, jednak niektórzy (w tym również ja), nadal tkwili w ciemnościach. Doktor kontynuował swoją wypowiedź:

— Tylko wtedy, gdy wasz umysł osiąga Stan Zerowy, może dojść do prawdziwego procesu tworzenia, które nazywam „inspiracją". Wjęzyku hawajskim „inspirować" tłumaczymy jako *Ha.* Jeżeli ktoś z was kiedykolwiek był na Hawajach i słyszał słowo *Ha,* oznaczało ono inspirację. *Wai* to woda, a 7 to Boska Moc. *Hawaii* to „oddech i woda Boskiej Mocy". To właśnie oznacza nazwa „Hawaje". Już samo słowo uruchamia proces oczyszczania, dlatego gdziekolwiek się znajduję (na przykład wchodzę do pokoju), zastanawiam się: „Czy jest coś, o czym nie wiem, a co wymaga oczyszczenia? Nie mam pojęcia, co tu się dzieje; co jest nie tak?". Jeżeli uruchomię proces, który nazywa się „Hawaje", uzyskam informacje, których nie jestem świadomy, i z powrotem osiągnę Stan Zerowy. Musicie zrozumieć że umysł może służyć tylko jednemu z dwóch panów naraz. Albo będzie służył myślom, które przez niego przepływają, *albo* inspiracji. Te pierwsze nazywamy wspomnieniami.

Jego opowieść stawała się coraz bardziej fascynująca. Doktor Hew Len postanowił jeszcze bardziej zgłębić ten temat.

[2] Po angielsku „Hawaje" to *Hawaii —przyp- tłum.*

— Cała inspiracja bierze się z Boskiej Inteligencji. Ona jest w was! Nie znajdziecie jej nigdzie na zewnątrz. Nie musicie nigdzie jej szukać. Nie musicie nigdzie jej szukać! Nie musicie prosić nikogo o pomoc. Ona jest w *wasi* Kolejny poziom to nadświadomość. Prosta sprawa. Hawajczycy nazywają *ją Aumakua. Au* oznacza „poprzez czas i przestrzeń", a *makua* to „święty duch lub bóg". Jednym słowem, każdy z was ma w sobie coś ponadczasowego i coś, co nie zna żadnych granic. Ta część was dokładnie wie, co się dzieje wokół was.

— Dalej mamy świadomość — kontynuował doktor Hew Len. — Hawajczycy nazywają ją *Uhane.* I wreszcie jest podświadomość; po hawajsku *Unihipili.* Dlatego jedna z najważniejszych rzeczy, jakie musicie zrobić, to zadać sobie pytanie: „Kim *jestem?".* Przed chwilą powiedziałem wam, że tożsamość składa się z trzech elementów umysłu. Musicie wiedzieć, że *ten* umysł jest pusty! Oznacza to, że znajduje się w Stanie *Zerowym.* A zatem, kim jesteście? Jesteście istotami Boskiej Mocy. To właśnie jest Zero. Dlaczego mielibyście chcieć osiągnąć stan zerowy? Ponieważ tam wszystko jest możliwe! *Wszystko!* Zostaliście stworzeni na podobieństwo Boskiej Mocy. Chcę, żeby to było jasne, ponieważ zależy mi na tym, żebyście zaznali oczyszczenia od Boskiej Mocy. Jesteście stworzeni na podobieństwo Boskiej Mocy. A to oznacza, że jakaś część waszej duszy jest pusta i nieskończona. Jeżeli jesteście gotowi pozbyć się śmieci i osiągnąć stan kompletnej pustki, zróbcie to, a wypełni was inspiracja i wreszcie odnajdziecie wolność. Większość z was nie będzie wiedziała, że jesteście wolni: „Gdzie to jest? Gdzie to jest? Jestem oczyszczony! Proszę, powiedz mi, gdzie to jest? Jeśli trzeba, to popracuję nad sobą jeszcze bardziej". Nie będziecie tego wiedzieć! Jeżeli wasz intelekt utknie w jakimś miejscu, poczujecie się *jeszcze bardziej* zagubieni. Hawajczycy mówią na to (przepraszam za język) *Kukai Pa'a. Czy* ktoś wie, co znaczy Kukai Pa'a? To intelektualne zaparcie.

Ktoś zapytał:

— A więc twierdzisz, że jeśli mam z kimś problem, to nade mną, a nie nad nim trzeba popracować?

—Jeżeli masz z kimś problem, ta sprawa dotyczy ciebie, *nie* jego! — odpowiedział doktor Hew Len. — To działa tak: pojawia się *wspomnienie,* a ty na nie *reagujesz.* To jest twój problem. On nie ma nic wspólnego z drugim człowiekiem. W swojej pracy pomagałem ludziom, którzy nienawidzili swoich współmałżonków. Kiedyś pewna

kobieta powiedziała mi: „Zastanawiam się, czy nie wyjechać do Nowego Jorku. Tam będę miała lepsze szanse". Wtedy usłyszałem Boską Moc: „Nieważne, gdzie ona pojedzie; jej problemy pojadą razem z nią!".

Doktor Hew Len wyjaśnił, że gdy ktoś umawia się z nim na sesję terapeutyczną, on nie analizuje przypadku tej osoby, lecz zagląda w głąb siebie:

— Niedawno zadzwoniła do mnie córka 92-letniej kobiety. Powiedziała: „Moja mama od kilku tygodni skarży się na uciążliwe bóle biodra". Słuchając jej relacji, jednocześnie pytałem Boską Moc: „Co takiego dzieje się we mnie, co spowodowało ból u tej osoby?". A potem zapytałem: „Jak mogę naprawić ten problem u siebie?". Dostałem odpowiedzi na moje pytania i zrobiłem to, co mi nakazano. Jakiś tydzień później zadzwoniła ta sama kobieta i powiedziała: „Moja mama czuje się lepiej!". To nie oznacza, że bóle biodra nigdy nie powrócą, ponieważ większość problemów ma więcej niż jedną przy czynę. Jednakja wciąż będę pracował nad sobą, a nie nad chorą kobietą.

Ktoś inny zapytał o wojny na Bliskim Wschodzie. Chciał wiedzieć, czy doktor Hew Len czuje się odpowiedzialny również za to. A dokładniej — chciał wiedzieć, co robi w tej sprawie.

— Oczywiście, że biorę na siebie pełną odpowiedzialność! — gorąco zadeklarował doktor. — Codziennie dokonuję oczyszczenia, ale nie mogę powiedzieć, że chcę, aby *ten problem* został rozwiązany.
Tylko Bóg wie, co może się zdarzyć. Ja tylko robię to, co do mnie należy — oczyszczam się, tak samo jak oczyszczam szpitale. W hawajskim szpitalu psychiatrycznym nie mamy już oddziału dla zabójców. Po prostu został zlikwidowany! Wykonałem swoje zadanie najlepiej, jak mogłem. Może gdybym oczyścił się bardziej, osiągnąłbym jeszcze lepsze rezultaty. Jestem tylko człowiekiem. Robię, co mogę, ale czasami to nie wystarcza.

Zauważyłem, że doktor Hew Len jest już zmęczony naszą rozmową, więc postanowiłem ją zakończyć. To były niezapomniane chwile dla wszystkich, którzy uczestniczyli w kolacji. Jednak tamten wieczór był zaledwie początkiem.

Następnego ranka zjadłem śniadanie wspólnie z kilkoma osobami, między innymi z doktorem Hew Len i Elizabeth McCall (autorką *Tlie Tao of Horses).* Zawsze, gdy przebywam w towarzystwie doktora Hew Len, doznaję wewnętrznego wyciszenia. Może na tym właśnie polega Stan Zerowy — a może nie. Kto wie?

W pewnym momencie poczułem nagłą inspirację, żeby zorganizować w weekend spotkanie, które nazwałbym na przykład: „Weekend manifestacji". Nie mam pojęcia, skąd wziął się ten pomysł. Przynajmniej wtedy tego nie wiedziałem. Teraz już wiem, że to była inspiracja pochodząca od Boskiej Mocy. Wtedy, podczas śniadania, wydawało mi się, że wpadłem na dobry pomysł, którego tak naprawdę nie chciałem realizować.

Byłem zajęty realizacją projektów, podróżowaniem i organizacją zawodów sportowych. Nie potrzebowałem kolejnego zespołowego projektu. Kusiło mnie, żeby zignorować ten pomysł. Postanowiłem poczekać i sprawdzić, czy mój słomiany zapał minie.

Tak się nie stało. Trzy dni później nowy pomysł wciąż świtał w mojej głowie. Doktor Hew Len powiedział mi, że jeżeli po kilku próbach oczyszczenia pomysł nie znika, należy go zrealizować. Napisałem więc coś, co okazało się najbardziej marnym e-mailem w moim życiu i wystałem to do wszystkich ludzi, których miałem na liście kontaktów. Ku memu zdziwieniu, już po trzech minutach jeden z odbiorców e-maila oddzwonił do mnie i zapisał się na weekendowe spotkanie. Oznacza to, że ta osoba musiała siedzieć przed komputerem w chwili, gdy wysłałem do niej wiadomość — zupełnie tak, jakby na nią czekała.

Lista uczestników szybko się zapełniła. Chciałem, żeby w weekendowym mitingu wzięło udział tylko 25 osób. Sam narzuciłem to ograniczenie, ponieważ uznałem, że łatwiej będzie mi przemawiać do grona dwudziestu pięciu osób niż do 2, 5-tysięcznego tłumu. Poza tym nigdy wcześniej nie prowadziłem takiego seminarium. Prawdę mówiąc, nie miałem pojęcia, jak się za to zabrać.

Powiedziałem doktorowi Hew Len o inspiracji, którą poczułem, a także o związanych z nią obawach.

— Mogę dać ci tylko jedną radę: niczego nie planuj — powiedział.

— Ale ja zawsze mam plan — wyjaśniłem. — Przygotowuję referat, tworzę prezentacje i drukuję prospekty dla słuchaczy. Lepiej się czuję, gdy wiem, jak będzie przebiegał mój wykład.

— Uwierz mi, że poczujesz się dużo lepiej, gdy zaufasz Boskiej Mocy i pozwolisz jej przejąć kontrolę — odparł. — Spróbujemy oczyścić cię w tym aspekcie.

Doktor użył liczby mnogiej dlatego, że jego zdaniem każdy problem, który napotyka, wymaga oczyszczenia również z jego strony. Wszystko jest wspólne. Twoje doświadczenie jest moim doświadczeniem, i na odwrót — musisz tylko to sobie uświadomić.

Ze wszystkich sił starałem się nie planować weekendowego spotkania. Raz tylko poddałem się strachowi i napisałem instrukcję dla wszystkich uczestników. Jednak sam z niej nie korzystałem i nigdy nawet na nią nie spojrzałem. Zresztą, nikt tego nie zauważył.

Rozpocząłem spotkanie od słów:

— Nie mam pojęcia, co będziemy tutaj robić. Wszyscy się zaśmiali.

— Mówię poważnie: nie mam pojęcia, co powiedzieć. Znów zapanował śmiech na sali.

Potem zacząłem opowiadać o doktorze Hew Len, o ho'opono-pono, a także o tym, dlaczego stwierdzenie „Każdy tworzy własną rzeczywistość" znaczy więcej, niż mogliby sądzić.

—Jeżeli jest ktoś, kogo nie lubicie, to znaczy, że sami stworzyliście tę sytuację — wyjaśniłem. — To, że

tworzycie własną rzeczywistość, oznacza, że sprowadziliście do swojego życia również tę osobę.

Weekend był cudowny. Nawet dzisiaj, gdy patrzę na grupowe zdjęcie uczestników spotkania, wciąż czuję miłość, którą wszyscy dzieliliśmy. Jeśli chcesz obejrzeć to zdjęcie, wejdź na *http: //www. beyondmanifestation. com/.*

Jednak dla mnie to był tylko początek.

Musiałem jeszcze wiele się nauczyć.



# Dowody

*Musimy wniknąć w ciemności, żeby mogło narodzić się światło.*

— Debbie Ford, autorka *The Dark Side of the Light Chasers*

Kolacja z doktorem Hew Len i Weekend Manifestacji spowodowały przełom w życiu wielu ludzi. W tym rozdziale poznasz prawdziwe historie niektórych z nich — w ten sposób lepiej zrozumiesz potęgę procesu ho'oponopono.

Oto list, który otrzymałem od Louisa Greena:

*Drogi Joe*

*Jeszcze raz chciałbym podziękować Ci za zorganizowanie wieczoru z doktorem Hew Len. Słowa uznania należą się również Suzanne za to, że starannie dopracowała wszystkie szczegóły, włącznie z zamówieniem dla mnie wegańskiej kolacji z Hyatt. Cieszę się, że mogłem poznać Ciebie i Nerissę, a także wielu innych wspaniałych ludzi, którzy siedzieli z nami przy stole.*

*To dla mnie zaszczyt, że mogłem siedzieć w pierwszym rzędzie i słuchać opowieści doktora Hew Len. Jestem wdzięczny, że obdarzył mnie swoją łaską i hojnością i osobiście odpowiedział na nurtujące mnie pytania.*

*W tygodniach, które nastąpiły po naszej wspólnej kolacji, zdarzyło mi się wiek wspaniałych, rzeczy, o których chętnie Ci opowiem. Wiedziałem, że doktor Hew Len chce mi pomóc i w tym celu prosi Boską Moc o oczyszczenie. Dzięki temu, choć stosowałem metodę ho'oponopono sporadycznie (zazwyczaj po prostu o niej nie pamiętałem), odnosiłem regularne korzyści z jego modlitw.*

*Zaraz po przesłuchaniu nagrania dostałem prośbę o spisanie opowieści związanych z doktorem Hew Len*

*Pierwsza historia, o której chciałbym opowiedzieć, dotyczy e-maila od Suzanne, która poprosiła, żebym podzielił się z nią wrażeniami z kolacji z doktorem Hew Len. Co ciekawe, niedużo wcześniej zakupiłem* Zagubiony podręcznik życia *i przesłuchałem nagrania MP3 zawierającego Twój wywiad z doktorem Hew Len. Dosłownie w chwili, gdy skończyłem słuchać tego nagrania, dostałem e-mail od Suzanne.*

*Mój proces stał się słynny w całym kraju, mimo że nie starałem się o jego rozgłos*

*Druga historia jest naprawdę niewiarygodna. Przed naszą kolacją w Austin 23 lutego, musiałem złożyć pewien pozew. Nie udało mi się zebrać wszystkich dokumentów na czas i nie zdążyłem pójść na pocztę przed wyjazdem, dlatego wysiałem pozew 24 lutego z Austin. Z niewiadomych przyczyn moja przesyłka zaginęła na poczcie na jakiś czas i dotarła do odbiorcy dopiero w poniedziałek 6 marca.*

*Należę do listy mailingowej skupiającej adwokatów z całego kraju. W zeszły piątek pewna prawniczka z Connecticut opisała pozew, który został złożony w hrabstwie Canadian w Oklahomie, i zapytała, czy któryś z kolegów prawników w Tulsa natknął się na niego. Niemal spadłem z krzesła. To była moja sprawa. Napisałem e-mail do tej prawniczki i zadzwoniłem do jej kancelarii, żeby się dowiedzieć, skąd zna ten pozew. Przez następną godzinę próbowałem znaleźć cokolwiek na ten temat w Google — bez skutku.*

*W końcu prawniczka odpisała mi — wyjaśniła, że regularnie czyta wiadomości na internetowym serwisie o nazwie „Nowości sądowe" (ang.* Courthouse News Services; http: //www. courthousenews. com/ *którego korespondenci (a może nawet „wtyczki") śledzą pozwy i opinie prawne z całego kraju i opisują te z nich, które są najważniejsze, najbardziej znaczące lub szczególnie intrygujące. Na pierwszej stronie tego serwisu w prawej kolumnie, pojawiło się krótkie streszczenie 1 mojego przypadku, mimo że nigdy nie starałem się o rozgłos dla niego. Jak na ironię, tego samego dnia wcześniej odwiedził mnie ojciec mojego klienta, a ja zapewniłem go, że w głębi serca jestem przekonany, iż wygramy tę sprawę. Do dziś nie mogę uwierzyć, że spośród tysięcy pozwów, które codziennie trafiają do sądów, mój został wybrany na wiadomość dnia przez autorów serwisu prawniczego.*

*Na kolację, którą zorganizowałem w ostatniej chwili, przyszła rekordowa liczba uczestników*

*Jestem jednym z członków rady lokalnego stowarzyszenia wegetarian. Nasze spotkania odbywają się zazwyczaj w drugą sobotę miesiąca. Gdy zapytałem panią prezes, gdzie przeprowadzimy marcową naradę, okazało się, że nikt nie zajął się organizacją naszego spotkania. Zgłosiłem się na ochotnika. We wtorek 28 lutego wybrałem się do restauracji, którą*

[1] Yukon Chevrolet i Fifth Third Bank zostały pozwane do sądu Hrabstwa Canadian o oszustwo przez człowieka o ograniczonych zdolnościach umysłowych, który twierdził, że wygrał nagrodę w konkursie-zdrapce zorganizowanym przez Yukon, a kiedy zgłosił się po nią, przez pięć godzin poddawano go agresywnym nagabywaniom, w efekcie czego kupił nowy samochód, którego firma nie chciała przyjąć z powrotem następnego dnia.

*wybrałem na miejsce narady, lecz tam usłyszałem, że właścicielka wyjechała i wróci dopiero 3 marca. Pracownik restauracji obiecał, że zostawi dla niej wiadomość z prośbą, żeby do mnie oddzwoniła, gdy wróci do miasta. Niestety, nie zrobiła tego.*

*Następnego dnia, w środę 1 marca, pojechałem do tajskiej restauracji, którą otwarto zaledwie przed kilkoma miesiącami. Podszedłem do kierownika i zapytałem go, czy mógłby zorganizować wegetariańską kolację. Zapewniłem, że przyjdzie na nią minimum 20 osób, a jeśli dobrze pójdzie, to nieco ponad 30. Odpowiedział, że nie ma problemu, ale chciał, żebym wpłacił mu kaucję w wysokości 100 dolarów, żeby restauracja nie była stratna w*

*przypadku, gdyby jednak nikt się nie pojawił. Spojrzałem na menu — było niesamowite! Wegetariańskie sushi, zupa, cztery dania główne, deser i herbata za 8 dolarów. Kierownik powiedział, że porozmawia z właścicielem, w zamian za co ja obiecałem wpłacić ustaloną kaucję. Drugiego marca dobiliśmy targu. Napisałem krótką notkę i wysłałem ją e-mailem do pani prezes, tak aby mogła ją zamieścić w elektronicznym biuletynie. Kolacja miała się odbyć w sobotę 11 marca. Wszystkich zaproszonych poprosiłem o potwierdzenie przybycia do czwartku 9 marca do godziny 17: 00.*

*Zazwyczaj prezes uydaje miesięczny biuletyn w okolicach pierwszego dnia każdego miesiąca. Większość subskrybentów korzysta z formy elektronicznej, jednak są też tacy, którzy wolą tradycyjną pocztę. Oprócz tego rozwieszamy nasze biuletyny w lokalnych sklepach spożywczych i bibliotekach. Tym razem pani prezes nie miała czasu na zredagowanie biuletynu, więc po prostu przesłała członkom stowarzyszenia mój e-mail mówiący o kolacji w niedzielę 5 marca. Kartki pocztowe zostały wysłane w poniedziałek. Tym razem nie było żadnych publicznych ogłoszeń. Zacząłem obawiać się, czy znajdzie się chociaż dwudziestu chętnych do udziału w spotkaniu.*

*Od poniedziałku ludzie zaczęli potwierdzać swoje przybycie. Zadzwoniło do mnie kilka osób. We wtorek wiedziałem już, że osiągniemy minimum 13 osób, którego gwarantem była studolarowa kaucja. W środę zaczęły napływać kolejne potwierdzenia, w ilości dotąd niespotykanej. Pod koniec dnia miałem już 37 chętnych. Zdałem sobie sprawę, że takie duże zainteresowanie rodzi zupełnie inny problem —prędko zadzwoniłem więc do kierownika restauracji z zapytaniem, iłu ludzi może pomieścić sala jadalna. Odpowiedział, że limit to 65 osób. W czwartek przyjąłem kolejne zgłoszenia. W momencie, gdy upłynął ustanowiony przeze mnie termin zgłaszania przybycia, miałem już 55 chętnych. Tamtego dnia zupełnie nie potrafiłem skupić się na pracy, ponieważ co chwila sprawdzałem pocztę elektroniczną (Moc Przyciągania?) i z coraz większym podekscytowaniem myślałem o niedzielnej kolacji. Zadzwoniłem do kierownika i zapytałem, czy restauracja pomieści tyle osób. Odpowiedział, że tak.*

*W'czwartki po południu chodzę na zajęcia z kabały, dlatego w domu byłem dopiero po 21: 00. Przesłuchałem nagrania na automatycznej sekretarce i sprawdziłem pocztę elektroniczną. Liczba chętnych wzrosła do 61. Zacząłem się zastanawiać, co zrobić z niespodziewanymi gośćmi. Wpadłem na genialny pomysł: postanowiłem poprosić tych, którzy najpóźniej zgłosili chęć udziału w kolacji, żeby przyszli nieco później. W piątek i sobotę otrzymałem kolejne zgłoszenia. Ostatecznie osiągnęliśmy oszałamiającą liczbę 75 osób.*

*Zorganizowana przeze mnie wegetariańska kolacja okazała się ogromnym sukcesem! Przyszli na nią wszyscy, którzy poinformowali mnie o chęci przybycia na spotkanie, a także kilka osób, które nie zrobiły żadnej rezerwacji (typowe). W restauracji panowała wspaniała atmosfera, między innymi, dlatego, że wszystkie miejsca były zajęte. To robiło ogromne wrażenie, zwłaszcza na tych uczestnikach, którzy po raz pierwszy brali udział w naszym zjeździe. Niektórzy stali bywalcy, którzy są członkami naszego klubu od ponad 10 lat, przyznali, że była to rekordowa frekwencja na zjeździe Wegetarian Oklahomy, Okazało się, że pomysł zaproszenia uczestników na różne godziny byl strzałem w dziesiątkę. Część z tych osób, które zjawiły się na kolacji punktualnie, musiała wyjść wcześniej, ponieważ miała inne obowiązki. Dzięki temu nigdy nie zabrakło miejsc dla tych, którzy pojawili się później. Pracownicy restauracji byli wyraźnie zadowoleni, ponieważ nigdy wcześniej nie mieli okazji obsługiwać tak dużej grupy osób.*

## *Cuda w wypożyczalni samochodów*

*Wypożyczyłem samochód na podróż do Austin, ponieważ nie chciałem niepotrzebnie eksploatować własnego auta. Porównałem opłaty i wyliczyłem sobie, że wynajmując samochód na cały tydzień zapłacę prawie tyle samo, co wtedy, gdybym wynajął go tylko od środy do poniedziałku. W serwisie internetowym udało mi się wynegocjować dobrą cenę za auto średniej wielkości (uznałem, że będzie wygodniejsze niż mały samochodzik). Gdy przyjechałem do wypożyczalni samochodów okazało się, że zostało mi niewiele modeli do wyboru. Zauważyłem, że na parkingu stoją dwa pomarańczowe chevrolety HHR, które mają fajny, „uliczny" wygląd. Jednak w salonie powiedziano mi, że w tej chwili nie mają do dyspozycji żadnych samochodów średniej wielkości. Zapytałem, czy mogę wziąć HRR — odpowiedzieli, że tak, mimo iż z niewiadomych powodów został on sklasyfikowany jako auto dużej wielkości. Pomyślałem, że fajnie będzie jeździe po Austin pomarańczową bryką, zwłaszcza że jej kobr przypominał barwy mojej uczelni, Uniwersytetu Teksas.*

*Jednak gdy przejechałem się tym samochodem kilkanaście kilometrów, zauważyłem, że mimo obiecującego wyglądu z zewnątrz, samochód ten był wyjątkowo ciasny w środku. Postanowiłem go zwrócić. Najpierw jednak musiałem pojechać do biura i załatwić tam kilka spraw. Nie zdążyłem wrócić do wypożyczalni tego samego dnia. Zadzwoniłem do sprzedawcy i zapytałem go, czy mógłbym zamienić chevroleta na hardziej konwencjonalny sedan. Odparł, że wciąż mają do dyspozycji tylko to, co widziałem na parkingu. „Może jutro rano będzie pan miał więcej szczęścia " — powiedział.*

*Zostawiłem samochód na noc na parkingu. Kiedy rano poszedłem po niego, z przerażeniem odkryłem, że ktoś 'porysował tylne drzwi. Nigdy nie biorę dodatkowego ubezpieczenia, gdy wypożyczam samochód, a wczoraj na pewno nie widziałem tej rysy. To oznaczało tylko jedno: mam przechłapane. Uznałem, że najlepiej będzie, jeśli pojeżdżę tym autem do końca tygodnia. Może w międzyczasie wymyślę cos' mądrego? Wyjechałem dużo później, niż planowałem — w czwartek o 12: 30. W Austin byłem około 18: 30.*

*Przejdźmy od razu do sobotniego wieczoru o 17: 00, czyli na godzinę przed wyjazdem do Hyatt na spotkanie z Joe i doktorem Hew Len. Cały czas martwiłem się o rysę na karoserii i zastanawiałem się, co z nią zrobić. Pojechałem do centrum handlowego w Północnym Austin, żeby kupić jednorazowy aparat cyfrowy; niestety bez skutku. Gdy wróciłem na parking po nieudanych zakupach, na dworze było już ciemno i padał deszcz. Na mojej trasie do hotelu znajdował się zjazd na bardzo ruchliwą ulicę —gdy tam dotarłem, zatrzymałem się, żeby poczekać na odpowiedni moment na*

*włączenie się do ruchu. Nagłe poczułem uderzenie. Ktoś' wjechał mi w tył samochodu. Pomyślałem: „Co za pech, najpierw zadrapanie, a teraz to! Za godzinę muszę być na kolacji, za którą już zapłaciłem, a przedtem jeszcze chciałbym wziąć prysznic i przebrać się". Do tego jeszcze mój wypadek miał miejsce w obszarze natężonego ruchu, gdzie wciąż przejeżdżało dużo samochodów, nawet w sobotni wieczór. Wysiadłem z HRR, wziąwszy przedtem do ręki ulotkę z informacją o rejestracji auta. Z drugiego samochodu wyszedł do mnie młody czarny mężczyzna. „ To przez moje opony" — powiedział. „Muszę kupić sobie nowe opony. Te w ogóle nie zareagowały na hamulec". „Lepiej nie mów tego swojemu prawnikowi", pomyślałem, a powiedziałem tak: „Kurczę, to jest samochód wypożyczalni!". Przeszliśmy na tył HRR, żeby ocenić szkody. Zamurowało nas. „Nie ma żadnego zadrapania"—powiedział sprawca wypadku. „Nie ma żadnych śladów. Chwała Panu!". Jako Żyda ubawiło mnie takie zachowanie, ale sam nie mogłem uwierzyć w to, co zobaczyłem. To prawda — nie było żadnych śladów. Najwyraźniej samochód był pokryty składanym plastikiem. Wypadek wytrącił mnie z równowagi, ale chciałem jak najszybciej znaleźć się w hotelu. Uścisnąłem dłoń mężczyźnie i każdy z nas pojechał w swoją stronę. Zdążyłem na kolację, co więcej, dostałem zaszczytne miejsce przy stole z Joem i Nerissą.*

*Głowiąc się nad tym, co zrobić z rysą na drzwiach samochodu, postanowiłem zastosować technikę Ho'oponopono. Nie robiłem nic innego w kierunku rozwiązania tego problemu aż do momentu, gdy zostały mi dwie godziny do terminu zwrócenia samochodu. Zajrzałem do książki telefonicznej i znalazłem w niej firmę, która naprawia wgniecenia w karoserii bez użycia farby. Pracownik tego zakładu powiedział mi, że zlikwidowanie rysy będzie kosztować około 95 dolarów, ale naprawa potrwa kilka godzin. Wiedziałem, że jeśli zwrócę samochód po terminie, będę musiał zapłacić karę, a tego naprawdę nie chciałem. Zastanowiłem się, co powinienem zrobić, a odpowiedź przyszła sama: bądź uczciwy. Zadzwoń do biura wypożyczalni i przyznaj się do wszystkiego. Jeśli będą chcieli obciążyć mnie kosztami naprawy, przynajmniej wiem, jakiej kwoty się spodziewać. Kiedy zadzwoniłem do wypożyczalni, pracownik powiedział, żebym nie robił nic na własną rękę i kazał mi przywieźć samochód na miejsce, żeby mogli sprawdzić jego akta i naocznie stwierdzić szkodę. „Dobrze" — odpowiedziałem. Pojechałem do wypożyczalni i zaparkowałem samochód w alejce dla zwracanych pojazdów. Pracownica działu obsługi detalicznej sprawdziła kod kreskowy samochodu i zaczęła sprawdzać jego dane. Gdy powiedziałem jej, co się stało, wysłała mnie do biura, które znajdowało się w przyczepie kampingowej. Siedział w nim facet, z którym rozmawiałem wcześniej przez telefon. Wpisał dane samochodu do komputera. Cud numer II: szkoda była już odnotowana w ich aktach. To nie była moja wina. Alleluja! Byłem wolny! Mogłem jechać do domu!*

*Mojej siostrze zaoferowano wymarzoną pracę*

*Tydzień po moim spotkaniu z Joe i doktorem Hew Len zadzwoniła do mnie siostra, która wtedy była wiceprezesem jednego z oddziałów bardzo dużej, znanej firmy. Powiedziała, że skontaktował się z nią łowca głów i zapytał, czy chciałaby objąć posadę w jej wymarzonej firmie. Nie chciała podawać szczegółów przez telefon. Zamiast tego wysłała do mnie e-mail z opisem stanowiska, które zaproponowano jej w agencji rekrutacyjnej. Byłem pod wrażeniem. Firma, która chciała zatrudnić moją siostrę, to znana, luksusowa marka —gdybym wyjawił Ci jej nazwę, ona powiedziałaby wszystko. Kilka miesięcy później siostra zaczęła pracę w tej firmie!*

Oto kolejny list:

*Kiedyś wzięłam udział w trzydniowym seminarium Przełomowe Forum w październiku 2006 roku. Przedstawiona przez Joego droga na skróty do uzdrowienia dosłownie wstrzymała potok moich łez podczas ćwiczenia „bądź z ludźmi". Polegało ono na tym, że 15 uczestników seminarium podzielono na cztery rzędy, a potem kolejno, jeden rząd po drugim, uczestnicy „byli z ludźmi": patrzyli sobie w oczy w całkowitym milczeniu. Ja byłam w Trzecim Rzędzie.*

*Prowadzący wezwał osoby z Pierwszego Rzędu, aby weszły na scenę i stanęły twarzą do publiczności. Patrzyli na nas —publiczność siedzącą na krzesłach. My odwzajemniliśmy ich spojrzenia. Potem wstał Drugi Rząd i wszedł na scenę. Osoby należące do Drugiego Rzędu stanęły w odległości 30 cm od członków Pierwszego Rzędu, twarzą do nich. Pierwszy i Drugi Rząd patrzyły sobie w oczy przez trzy minuty. Następnie prowadzący poprosił Drugi Rząd, żeby zszedł ze sceny i powrócił na swoje siedzenia. Na scenie pozostał Pierwszy Rząd, który wciąż patrzył na publiczność.*

*Im bardziej zbliżał się mój czas wejścia na scenę, tym bardziej czułam się zestresowana, choć nie miałam pojęcia dlaczego. Zaczęły mi się pocić dłonie i nie mogłam usiedzieć spokojnie na krześle. Na początku zadanie wydawało się proste. Nigdy nie miałam problemów z utrzymywaniem kontaktu wzrokowego podczas rozmowy z ludźmi, zarówno nieznajomymi, jak i przyjaciółmi. Byłam przekonana, że świetnie sobie poradzę z tym ćwiczeniem.*

*Potem przypomniałam sobie, że na pierwszym seminarium Przełomowego Forum prowadzący opowiadał, jak sam po raz pierwszy wykonał to ćwiczenie. Miało to miejsce ponad 20 łat temu, a kolana trzęsły się mu tak bardzo, że jego towarzysz włożył mu marynarkę między nogi, żeby zagłuszyć hałas.*

*Na wspomnienie tej opowieści poczułam nagłą chęć wyjścia z sali. Wmawiałam sobie, że nie muszę kontynuować tego ćwiczenia, bo utrzymywanie kontaktu wzrokowego z łudźmi nigdy nie sprawiało mi problemu. Wiedziałam jednak, że nie mogę tak po prostu wyjść z sałi w trakcie ćwiczenia. Siedziałam więc nadał na krześle, spocona i zestresowana.*

*Wreszcie prowadzący wezwał Trzeci Rząd do wejścia na scenę. Kazał nam stanąć w odległości 30 centymetrów*

*od poprzedniego rzędu i patrzeć tym ludziom w oczy. Uff. Nie musiałam patrzeć na wszystkie 50 osób, tylko na jedną! Tak początkowo myślałam. Stanęliśmy na swoich miejscach, a prowadzący rozpoczął trzyminutowy proces samoodkrywania. Już po dziesięciu sekundach zaczęły płynąć mi łzy z oczu w sposób zupełnie niekontrolowany. Nie mogłam ich powstrzymać. Za każdym razem, gdy spoglądałam na osobę stojącą naprzeciwko mnie, zaczynałam łkać. „Trzeci Rząd, proszę opuścić scenę, kierując się na lewo" — usłyszałam. Podziękowałam partnerowi za to ćwiczenie i zeszłam z podium.*

*Co się ze mną stało?! Miałam wsłuchiwać się w mój wewnętrzny głos, ale nic nie usłyszałam — ani słowa! Byłam załamana. Niczego się nie dowiedziałam! Co to w ogóle za ćwiczenie?! Byłam zdezorientowana i zawstydzona. Zastanawiałam się nad swoimi odczuciami, podczas gdy na scenie ćwiczenie cały czas trwało. „Trzeci Rząd: proszę wstać, obrócić się w prawo i wejść na scenę". „O nie! Znowu?!" — krzyczałam w myślach.*

*Teraz mieliśmy za zadanie patrzeć na publiczność siedzącą na widowni. Tym razem udało mi się przetrwać trzy minuty, ponieważ patrzyłam tylko na tych, którzy omijali mnie wzrokiem. Zaraz potem prowadzący nakazał, aby Czwarty Rząd wszedł na scenę. Po chwili naprzeciwko mnie stała nowa partnerka, zaledwie 30 centymetrów ode mnie. Była to miła starsza kobieta, która nieśmiało uśmiechała się do mnie. „Dobrze, tym razem sobie poradzę" — powiedziałam sobie w duchu. Jednak sytuacja powtórzyła się: zaledwie kilka sekund po rozpoczęciu ćwiczenia z moich oczu popłynęły łzy. Za każdym razem, gdy spoglądałam na starszą panią, moje oczy stawały się wilgotne, a ja szybko odwracałam wzrok. Staruszka próbowała mnie pocieszyć, mówiąc, że wszystko będzie dobrze. Byłam zawstydzona tym nagłym rozczuleniem. Prowadzący kazał nam wsłuchać się w głos własnego serca — w to, co chce nam powiedzieć. Jednak ja nic nie słyszałam.*

*Wtedy nagle zdałam sobie sprawę, że zamiast próbować wsłuchać się we własne myśli, mogę zapełnić głowę nowymi. Mój wewnętrzny głos i tak uparcie milczał. Postanowiłam pozbyć się negatywnych myśli, które zaprzątały mój umysł. Spojrzałam na partnerkę i pomyślałam: „Dziękuję, kocham Cię, dziękuję, przepraszam, kocham Cię, dziękuję". Od razu poczułam ulgę, a moje serce wypełniły uczucia wdzięczności i miłości do kobiety, która stała naprzeciwko mnie. Moje samopoczucie poprawiło się, a strumień łez wreszcie się zatrzymał.*

*Ku mojemu zdziwieniu, teraz moja partnerka zaczęła płakać. Jej głowa zaczęła się delikatnie trząść, a po policzkach popłynęły łzy. Szepnęła: „ Teraz ja przez panią płaczę". Wysłałam jej moje prywatne myśli: „Dziękuję. Kocham Cię. Przepraszam. Wybacz mi, proszę. Dziękuję" itd. Po ukończeniu tego etapu ćwiczenia rząd mojej partnerki został odesłany z powrotem na krzesła, a ja stanęłam naprzeciwko 50 osób, których zadaniem było przyjrzeć się naszemu rzędowi i ocenić go. Jednak tym razem czułam wewnętrzny spokój. Mogłam spojrzeć w oczy nawet tym ludziom, którzy patrzyli wprost na mnie. Prawdę mówiąc, specjalnie wyszukiwałam takie osoby. Patrzyłam tylko na tych, którzy nawiązywali ze mną kontakt wzrokowy. Poczułam się dużo lepiej! Pozostałam sobą w konfrontacji z nieznajomymi! Pokochałam wszystkich i poczułam do nich ogromną, ogromną wdzięczność.*

*Niedługo potem ćwiczenie dobiegło końca, a prowadzący kontynuował seminarium. Po jakimś' czasie ogłosił krótką przerwę. Miła staruszka, która była moją ostatnią partnerką w ćwiczeniu, podeszła do mnie i zaproponowała wymianę wrażeń na temat tego eksperymentu. Powiedziałam jej, że najwyraźniej boję się ludzi, chociaż nigdy nie zdawałam sobie z tego sprawy. Ona z kolei wyznała, że poczuła prawdziwą więź i dodała, że seminarium bardzo jej pomogło, ponieważ dzięki niemu zrozumiała, że ma problem z zaakceptowaniem miłości ze strony innych ludzi. Nic dziwnego, że postanowiłam opowiedzieć jej o technice uzdrawiania, która pomogła mi powstrzymać potok łez, gdy stałyśmy naprzeciwko siebie na scenie. Gdy usłyszała moją opowieść', popłakała się. Objęłyśmy się serdecznie, po czym wróciłyśmy na salę.*

*Nerissa Odeń* http: //www. thevideoqueen. com/index. html
*Jakiś czas temu zorientowałam się, że jedna z moich pracownic przyznawała sobie wyższą prowizję od sprzedaży, niż powinna. Jej działania przynosiły mojej firmie szkody w wysokości kilkuset dolarów. Nie chciała przyznać się do zarzucanych jej czynów. Była bardzo pracowita i obie wiedziałyśmy, że nigdzie indziej w naszym małym mieście nie, byłaby w stanie zarobić takich pieniędzy, jak u mnie. Współczułam jej, ale jednocześnie byłam na nią zła. Wciągu następnych dni nie potrafiłam rozmawiać z nią o niczym innym niż tematy ściśle związane z pracą; nie chciałam nawet spojrzeć jej w oczy. Nie wiedziałam, co robić. Zwróciłam się z prośbą o pomoc do Joego, a wtedy zdarzyło się coś naprawdę niezwykłego. Joe podziękował mi, że się z nim skontaktowałam, i podał mi dokładne wskazówki, jak mam pozbyć się negatywnej energii. Najpierw musiałam zrozumieć, że to ja spowodowałam całą sytuację — to dość trudne zadanie, ale niezbędne dla całego procesu. Potem powinnam wybaczyć sobie, pracownicy, a także energii, która wytworzyła się w związku z tym problemem. Kolejnym etapem było wyrażenie intencji odnośnie tego, jak chciałabym zmienić sytuację i powtarzanie uzdrawiających słów doktora Hew Len: „Przepraszam. Wybacz mi, proszę. Kocham Cię". Efekt był oszałamiający. Po ukończeniu całego procesu napisałam ten list do Joego:*

Drogi *Joe.*

Twoje sugestie były w stu procentach słuszne. Po ich przeczytaniu musiałam pojechać z Wimberley do Austin. W tym czasie wykonałam wszystkie kroki, które opisałeś. To było coś niesamowitego. Zrozumienie, że to ja spowodowałam sytuację, wymagało ode mnie sporego wysiłku. Podobnie było z wybaczeniem sobie, pracownicy i energii, która nas otaczała. Wyraziłam nowe intencje i wielokrotnie powtórzyłam słowa rewelacyjnej hawajskiej metody. Gdy dojechałam do Austin, czułam się, jakby z mojego serca i żołądka spadł nie kamień, lecz tona cegieł.

*Kiedy wykonałam wskazówki, które dal mi Joe, moja wewnętrzna energia uległa całkowitemu przeobrażeniu. Złość i poczucie krzywdy minęły. To było wspaniałe uczucie. Moje środowisko pracy zostało oczyszczone. Suzanne, gdy ktoś mnie pyta, czy ten system naprawdę działa, odpowiadam: „Z całą pewnością!".*

*Yictoria Schaefer*
*Wydawca, Pedał Ranch Publications*
*Wimberley, Teksas*

A oto świadectwo Denise Kilonsky z Shreveport w Luizjanie.

*Oto sen, który miałam w październiku 2006 roku. Musisz przyznać, że doskonale wpasowuje się w metodologię* Ho'oponopono.

*Zobaczyłam świat bez więzień, ponieważ dzięki Filozofii Ho'oponopono nie były już potrzebne.* Prosta metoda Ho'oponopono stosowana dotychczas *przez niewielką grupę osób: doktora Hew Len, Joego, mnie i kilka innych, stała się kluczowym elementem programów i seminariów na całym świecie, na których uczono ludzi (zwłaszcza małe dzieci), jak* pokochać *samych siebie, a w następstwie pokochać również wszystkich dookoła.*

*W tym śnie prowadziłam jedno seminarium za drugim, a w każdym z nich brały udział tysiące ludzi. Namawiałam uczestników, żeby przypomnieli sobie, kim naprawdę są i na nowo odkryli swoją Boską Naturę — tłumaczyłam im, że ich głównym zadaniem jest kochać.*

*W pewnym momencie zobaczyłam młodocianego członka gangu, który celował z pistoletu do innego gangstera, grożąc, że go zastrzeli. Ten drugi niedawno uczestniczył w moim seminarium, które zorganizowała jego szkoła. Próbował opowiedzieć o cudach, ponieważ chciał, żeby jego gang również ich doświadczył, jednak nikt nie chciał go słuchać!*

Podczas seminarium przypomniał sobie, jaka jest jego prawdziwa natura. *Podzielił się tą wspaniałą wiadomością z pozostałymi członkami gangu. Ci poczuli się zagrożeni, ponieważ to, co powiedział, wydawało się zbyt proste — wietrzyli w tym jakiś podstęp.*

*Widzisz, to było tak: ten nieletni gangster wszedł na podium w trakcie seminarium i strzelił do mnie. Gdy leżałam na podłodze, a z mojego ciała uciekała krew i życie, poprosiłam, żeby do mnie podszedł i wyszeptałam* mu do ucha: *„Wybacz mi, proszę. Kocham Cię". Umarłam w jego ramionach, dając mu całą miłość, jaką miałam w sercu. Wtedy on objął moje martwe ciało, zaczął rzewnie płakać i powtarzać: „Wybacz mi, proszę. Kocham Cię". W tym momencie moje życiowe siły powróciły, a nas obojga wypełniło jasne światło, które było tak silne, że nie tylko publiczność, ale i* wszyscy *ludzie znajdujący się w promieniu kilku mil od nas poczuli miłość, która od nas biła.*

*Ta potężna energia miłości obejmowała coraz szerszy krąg ludzi. Jednak nie wszyscy chcieli ją dostrzec. Młody członek gangu, o którym jest ta historia — ten, który przyłożył pistolet do głowy własnego brata — nie chciał przyjąć miłości. Drugi gangster (mój niedoszły zabójca) powiedział do niego: „Wybacz mi proszę. Kocham Cię" i pokochał go tak samo mocno, jak pokochał najciemniejsze zakątki własnej duszy.*

*A wtedy to się stało! Obu gangsterów wypełnił jasny blask energii miłości, a niedługo potem wszyscy pozostali członkowie gangu poczuli miłość, którą ich obdarzono. Niedoszły morderca powiedział do swojej ofiary: „Wybacz mi proszę. Kocham Cię, bracie. Wybacz mi, proszę".*

*Domyślasz się, co się stało potem?*

*Z obu* gangsterów *biło piękne, złote światło, które zataczało coraz szersze kręgi. Najpierw wypełniło cały pokój, obejmując wszystkich członków gangu (oni również poczuli miłość i przyjęli ją do swoich serc), a później wylało się na ulice i zaczęło wnikać przez drzwi i* okna do innych *domów. Każdy, kto przyjął do swego serca światło, natychmiast przekazywał je dalej, dzięki czemu potęga miłości rosła coraz bardziej — aż w końcu ogarnęła cały świat.*

*Nastała Złota Era, Era Miłości. To dlatego dostaliśmy dar* Ho'oponopono *—żebyśmy pamiętali, kim jesteśmy i* nigdy nie zapominali, *że naszą prawdziwą naturą jest miłość. Wszyscy pragniemy tego samego: być kochani.*

*To był piękny sen, prawda? Z historii o Ho'oponopono można by stworzyć wspaniały film. Przypomniał mi się film* Podaj dalej *i to, jaki wpływ wywarł na widzów na całym świecie. Świat jest Gotowy na Ho'oponopono.*

*Aż trudno mi policzyć, ile cudów zdarzyło się w moim życiu w ciągu siedmiu dni od powrotu z pierwszego Weekendu Manifestacji zorganizowanego przez Joe Vitalego. Wchłaniałam wszystko niczym gąbka: energię, lekcje i przesłania. Na efekty nie musiałam długo czekać.*

*Oto kilka z nich (wybrałam te najbardziej namacalne): nowi klienci walą do mnie drzwiami i oknami. Dostaję oferty kolejnych kontraktów, które dosłownie biorą się znikąd. Złożono mi niezliczoną wręcz ilość* propozycji *współpracy. Lista osób, które zgłosiły chęć otrzymywania* e-maili *ode mnie, wzrosła o ponad 300 procent (są to dane z chwili, w której piszę ten tekst). Poproszono mnie o udział w wielu ważnych wydarzeniach. Ledwo nadążam ze spisywaniem wszystkich wspaniałych pomysłów, które przychodzą mi do głowy jeden za drugim.*

*I pomyśleć, że jeszcze trzy miesiące temu byłam zupełnie nieznana w mojej branży.*

*Wszystko to stało się bez siłowego wsparcia, bez większych starań — tak naprawdę, nie włożyłam w to żadnego*

*wysiłku. Dary losu dosłownie spłynęły na mnie z ogromną obfitością. Gdy przychodzi mi do głowy inspirujący pomysł, natychmiast przechodzę do działania, a efekty zawsze pozytywnie mnie zaskakują.*

*Często stosuję „metodę wymazywania" ho'oponopono, aby jeszcze bardziej przyspieszyć gwałtowny rozwój mojej firmy. Nie mogę się doczekać, aż stworzę kolejną rzecz, zwłaszcza że po każdym podjętym działaniu wracam do tablicy i czyszczę, czyszczę, czyszczę.*

*Dziękuję Wam, Joe i doktorze Hew Len!*

*Dozgonnie wdzięczna Amy Scott Grant* http: //thesuccessmethod. com/ http: //newsuccess. org

A oto, co napisała Joyce McKee:

*W zeszłym roku podjęłam się nowej roli: opiekunki. Moja mama wyprowadziła się z domu, w którym spędziła całe życie, żeby zamieszkać bliżej córek — po części dlatego, że w tamtym czasie potrzebowałyśmy jej obecności... Niedługo potem u tej silnej, żywotnej kobiety zdiagnozowano niewydolność zastoinową serca, a także wykryto małe komórki raka płuc. Na szczęście dla nas, mama postanowiła spędzić ostatnie chwile swojego życia ze swoimi córkami. Postanowiła nie podejmować łeczenia raka ze względu na podeszły wiek (88 lat). Lekarze powiedzieli nam, że zostało jej już niewiele życia.*

*Rok wcześniej w maju uczestniczyłam w weekendzie Poza Manifestację zorganizowanym przez Joe Vitalego. Tam poznałam doktora Hew Len i dowiedziałam się o jego metodzie. Ho'oponopono. Byłam zaintrygowana. Opowieść o uzdrowieniu chorych psychicznie przestępców dzięki regularnemu wewnętrznemu oczyszczaniu dosłownie mną wstrząsnęła.*

*Wszechświat jest dla nas bardzo łaskawy i daje nam nauczycieli, gdy jesteśmy gotowi na wchłonięcie nowej wiedzy. W przypadku weekendu Poza Manifestację wyczucie czasu było idealne. Przez cały czas krążyło mi po głowie pytanie: „Co mogę zrobić, żeby pomóc mamie przejść przez proces umierania?".*

*Byłam gotowa wstać i powiedzieć całemu światu, że jestem całkowicie odpowiedzialna za moje życie — za całe życie, włącznie z tym, co się przydarzyło Mamie. Postanowiłam wprowadzić w życie to, czego się właśnie nauczyłam. Wniknęłam w głąb siebie i rozpoczęłam regularne oczyszczanie.*

*Zarówno moja mama, jak i ja sama, szybko odczułyśmy efekty. Mama zachowała jasność umysłu i sprawność fizyczną do końca swoich dni, a co najważniejsze, nie cierpiała. Zdarzały się co prawda chwile kryzysu, gdy trzeba było podać jej leki dostarczane z Hospicjum; jednak wszelkie kuracje odbywały się w domowym zaciszu i ani razu nie musiałam zabierać jej do szpitala. Te trudne chwile przygotowały nas obie na ostateczny moment, w którym mama spokojnie przeszła na drugą stronę.*

*Największym darem było to, że mama żyła dużo dłużej, niż przepowiadali lekarze. Każdego dnia budziła się ze zdziwieniem i witała mnie radosnym okrzykiem: „Wyobraź sobie, że dostałam jeszcze jeden dzień!". Miałyśmy dość czasu, żeby wyznać sobie całą miłość i spędzić razem wiele cudownych chwil. Obie zdążyłyśmy przygotować się na jej odejście. W pewnym momencie przestałam już się bać tego, że Mama nas opuści. Wiedziałam, że to się musi stać— i ona też. Za każdym razem, gdy mama zaczynała z trudem łapać oddech, widziałam łaskę Boga i nie czułam lęku. Cóż za wspaniały dar!*

*Stosowanie metody Ho'oponopono połączone z regularną modlitwą zmieniły moje podejście do życia. Siła, którą wtedy poczułam i czuję do dziś, jest ogromna. Świadomość, że mogę odgrywać aktywną rolę nie tylko we własnym życiu, ale również w życiu innych ludzi, skłania mnie do ciągłego poszukiwania Źródła Wszełkiego Istnienia.*

I kolejny przykład:

*Gdy brałam udział w Weekendzie Manifestacji zorganizowanym w maju 2006 roku, nadal czułam ból po utracie kontraktu wartego 1, 2 miliona dolarów z wielką firmą naftową. Negocjacje nad kontraktem zostały zerwane z przyczyn leżących po stronie tej firmy.*

*Przez całą drogę do domu, a także przez kilka kolejnych dni, powtarzałam: „Kocham Cię. Przepraszam. Wybacz mi, proszę. Dziękuję". Po powrocie do domu poczułam się słabo, zaczęłam smarkać i kaszleć. Wiedziałam, że w ten sposób moje ciało uwalnia się od negatywnej energii.*

*Niedługo potem przeprowadziłam rozmowę z ekspertem od marketingu. W trakcie dyskusji poczułam nagłą zmianę w moim organizmie — zaczęłam zupełnie inaczej postrzegać całą sytuację z firmą naftową. Mój rozmówca zapytał mnie, jaka była największa kwota, którą zarobiłam od jednego klienta w ciągu roku za to, że pomogłam mu uzdrowić sytuację w jego firmie.*

*Odpowiedziałam, że 600 tysięcy dolarów. Wtedy on powiedział: „Masz tak wiele, Wendy. Z tych pieniędzy możesz zbudować całe imperium. Ilu ludzi może się czymś takim pochwalić?". W mgnieniu oka zaczęłam dostrzegać pozytywne rzeczy i przestałam skupiać się na tym, co poszło nie tak. Zamiast żałować 200 tysięcy dolarów, których mi nie zapłacili, doceniłam 600 tysięcy, które u nich zarobiłam.*

*Koncentrowanie się na pozytywnych aspektach życia wzbudziło we mnie pasję, która zaowocowała nowymi, wspaniałymi pomysłami. Czułam, że w moim wnętrzu dokonała się wielka, cudowna przemiana. Miałam wrażenie, że otacza mnie światło, które trwale rozjaśniło panujący wokół mrok.*

*Przez dwa lata byłam ofiarą i pielęgnowałam w sobie złość na przedstawicieli firmy naftowej za to, co mi zrobili*

*— a teraz nagle poczułam do nich wdzięczność.*

*Niedługo potem zaczęłam odczuwać ból w lewej nodze. Nie miałam pojęcia, jaka była jego przyczyna. Próbowałam wszystkiego — masaży, ćwiczeń rozciągających, gorącej kąpieli. W końcu poszłam do chińskiego lekarza, który „przeczytał" moje ciało i powiedział, że ostatnio żyję w dużym stresie, a mój ból jest związany z meridianą woreczka żółciowego — czyli, mówiąc krótko, z meridianą złości.*

*A więc ból w nodze powodowała nagromadzona negatywna energia. Lekarz przeprowadził ze mną cztery sesje mające na celu uwolnienie tej energii. Ból minął jak ręką odjął.*

*Moje ciało pielęgnowało złość do firmy naftowej, a kiedy zmieniłam swoje podejście, postanowiło pozbyć się tej energii—problem tylko w tym, że ta uległa zablokowaniu!*

*Wiele miesięcy później dowiedziałam się przypadkiem, że pracownik firmy naftowej, który został zmuszony do zerwania kontraktu ze mną, nie zgodził się na takie samo potraktowanie innego kontrahenta i złożył wypowiedzenie. Jego dział został zlikwidowany, a jego funkcje przejął inny dział.*

*Oczyszczenie się z negatywnej energii pomogło mi ukończyć książkę elektroniczną i uruchomić nową stronę internetową pod adresem* www. getinsideyourcomfortzone. com. *Wydanie e-booka dało mi nowe możliwości, o których wcześniej nie miałam pojęcia.*

*Zawsze marzyłam o tym, żeby nauczać ludzi, jak pozbyć się bólu, który odczuwają po długiej pracy przy komputerze. W krótkim czasie aż trzy popularne strony internetowy poprosiły mnie, żebym została ich ergonomistką, odpowiadała na pytania związane z ergonomią pracy, a także promowała swoją książkę elektroniczną, usługi oraz inne programy.*

*Średniej wielkości firmy dzwonią do mnie z prośbą, żebym skonsultowała się z ich pracownikami i podpowiedziała im, jak pozbyć się bólu. Kontrakty, które w tej chwili zawieram, opiewają na niewysokie kwoty i mają krótkie terminy, dzięki czemu mogę skupić się na realizacji nowych pomysłów, które wciąż przychodzą mi do głowy.*

*Ponadto zostałam licencjonowanym trenerem (mogę to potwierdzić certyfikatem) Prawa Nauczania. Swoją działalność prowadzę na stronie* www. theuniversallawofattraction. com.

*Przełom, którego dokonałam po Weekendzie Manifestacji, z pewnością zawdzięczam metodzie Ho'oponopono. To ona pomogła mi oczyścić się ze starych, niepotrzebnych myśli i zrobić miejsce na nowe. Nie ma innego wytłumaczenia.*

*Wendy Young*

I kolejny przykład:

*Dla mnie, jako interwencjonisty, jedną z największych przeszkód, z jakimi pomagam się uporać moim klientom, jest dramat. James Redjield w swojej książce* Niebiańska przepowiednia *zdefiniował pojęcie „kontrolowanych dramatów" w następujący sposób: „Musimy powstrzymać się przed chęcią kontrolowania innych. Pamiętaj, Czwarte Wtajemniczenie mówi, że ludziom zawsze brakowało energii, dlatego próbowali kontrolować się nawzajem, żeby zdobyć energię, która między nimi przepływa". Przekształcenie tej koncepcji w bardziej interwencjonistyczny model pozwoliło mi na korzystanie z intuicji w przypadkach, gdy klienci nie mogli skoncentrować się na swoim celu lub wynikach, które chcieli osiągnąć.*

*Joe Vitale jako pierwszy zapoznał mnie z metodą Ho'oponopono, choć on sam może o tym nie wie. Moja praca jest oparta na koncepcji dramatu (lub kontrolowanych dramatów). Jako interwencjonista potrzebuję narzędzi, które pomogą mi odzyskać równowagę — nie tylko po to, żeby zrozumieć klienta, ale również po to, żeby pomóc mu w pełni korzystać z tego, co ma.*

*„Powrót do Stanu Zerowego" to stabilizator, którego do końca nie rozumiałem, dopóki doktor Vitale nie zaprosił mnie do świata doktora*

*Hew Len. W kulturze zachodniej, zwłaszcza w Stanach Zjednoczonych, kultura głównego nurtu i jej wszechobecne komunikaty mają na celu skłonienie nas do pogoni za natychmiastową satysfakcją. Wszyscy koncentrują się na konsumencie. „Od zera do 60"2 to doskonały slogan definiujący stan emocjonalny świata uzależnionego od konsumpcji.*

*Ho'oponopono pomogło mi zrozumieć, że uzdrowienie i prawdziwe spełnienie wymagają zwolnienia „od 60 do zera". Idea „oderwania się" pojawia się w wielu metafizycznych konstrukcjach, ale ja nigdy nie uważałem jej za pełną ani doskonałą. Czasami próba całkowitego oderwania się wydaje się po prostu bezsensowna. Jednak teraz, wróciwszy do Stanu Zerowego, wreszcie zrozumiałem, na czym polega dynamika izolacji i wiem już, jak ją osiągnąć.*

*Minęło 10 miesięcy, od kiedy miałem szczęście poznać doktora Hew Len i posłuchać jego dyskusji z Joe w hotelu Hyatt górującym nad rzeką Kolorado. Od tego czasu wiele się zmieniło w moim życiu i w życiu mojej rodziny. Moi rodzice i teściowie nagle zmienili podejście do życia i zaczęli manifestować swoje marzenia na wielką skalę. Teściowie kupili sobie dom za pół miliona dolarów, w którym zamierzają spędzić starość. Jest to jedno z najspokojniejszych miejsc, w których kiedykolwiek byłem (swoją drogą, znajduje się niedaleko od domu Joego). Moja mama pokonała fizyczne i emocjonalne przeszkody i wreszcie wyszła ponownie za mąż. Jej nowa miłość daje jej dużo szczęścia i satysfakcji. Ja sam również przeszedłem przemianę w dziedzinie, która nie pozwalała mi kultywować i demonstrować moich najmocniejszych stron. Mój tata (zaledwie 12 laki) wreszcie rozmówił się z*

*pracodawcą, który wymagał od niego jeżdżenia z Houston do Prudhoe Bay na Alasce (jest to piąte najbardziej wysunięte na północ miasto na świecie) raz na sześć tygodni. Jeden z moich najbliższych przyjaciół całkowicie zerwał ze starym życiem i przeniósł*

[2] Jest to angielski odpowiednik naszego „od zera do setki" i oznacza czas, w jakim samochód rozpędza się do prędkości 60 mil na godzinę (ok. 97 km/h) —*przyp. tłum.*

*się do Austin, gdzie założył własną firmę i zaczął żyć na zupełnie innych zasadach. Mój szwagier wreszcie wprowadził się do własnego domu. Szwagierka i jej mąż przeprowadzili się na przedmieścia do wymarzonej posiadłości. Moja córka chrzestna, która w tym roku poszła do liceum, wystąpiła w znanym serialu telewizyjnym i została nominowana na Królową Zjazdu Absolwentów. A jej mamie złożono najbardziej intratną ofertę pracy w jej życiu. Wszystkie te wspaniałe wydarzenia zaczęły się dziać od lutego 2006 roku, kiedy po raz pierwszy usłyszałem o Ho'oponopono. Nagle, po 11 latach, moje życie nabrało nowych, pięknych barw, a ja wreszcie przestałem być marudą i ponurakiem.*

*Zycie jest nawykiem, dlatego ja postanowiłem wyrobić w sobie nawyk dobrego życia.*

*Nie jestem żadnym ekspertem od Ho'oponopono. Ta metoda wciąż jat dla mnie nowa i nie mam pojęcia, dokąd mnie zaprowadzi. Jestem wdzięczny doktorowi Vitale za to, że pomógł mi odkryć świat Ho'oponopono dzięki prezentacji, którą przeprowadził wspólnie z doktorem Hew Len kilka miesięcy temu. Bez względu na to, czy chodzi o życie prywatne i moją piękną żonę, czy o karierę zawodową, osiągnięcie Stanu Zerowego, wzięcie na siebie całkowitej odpowiedzialności, przepraszanie i wybaczanie to niezawodny sposób na to, żeby zmienić swój świat na lepsze. Dziękuję Ci, Joe i dziękuję Ci, doktorze Hew Len.*

*Bruce Bums* www. YourOwnBestGood. com

----------------

*Drogi Joe*

*Pragnę Ci serdecznie podziękować za to, że sprowadziłeś doktora Hew Len do Austin. Program spotkania był cudowny. Zyskałem zupełnie inne spojrzenie na życie i zrozumiałem uniwersalne prawa, które decydują o naszym zdrowiu i szczęściu. Pozwól, że nieco rozwinę ten temat.*

*Przede wszystkim chciałbym podkreślić, że nie jestem ekspertem w dziedzinie Ho'oponopono. Dlatego wybacz mi, jeśli uryciągam zbyt daleko idące wnioski, twierdząc, że to jedno wieczorne spotkanie całkowicie odmieniło moje życie.*

*Doktor Hew Len dużo mówił o czymś, co jest bardzo bliskie memu sercu — o sztuce osiągania Stanu Zerowego. Wydaje mi się, że na tym właśnie polega istota Ho'oponopono. Jako znawca sztuk walki i nauczyciel technik qigong z wieloletnią praktyką, od dawna wiem, że umiejętność oczyszczania umysłu (osiągania Stanu Zerowego) jest jednym z największych darów ludzkości.*

*Doktor Hew Len przypomniał nam, jak ważne jest ciągłe powracanie do stanu otwartości, oczyszczanie wewnętrznych reakcji i osiąganie stanu zerowego. Całkowicie zgadzam się z jego poglądami i cieszę się niezmiernie, że poznałem człowieka, który wyznaje takie same prawdy jak ja.*

*Sztuka qigong (są to wewnętrzne ćwiczenia energizujące, stosowane w chińskich sztukach walki) polega na wykonywaniu odpowiednich oddechów, które wpływają na krążenie energii w organizmie. Mistrzowie starożytnych sztuk walki odkryli uniwersalne prawa, które rządzą naszymi ciałami. Osoby, które umieją zapanować nad wewnętrzną energią i wpłynąć na jej krążenie, są dużo bardziej świadome i zwykle cieszą się wspaniałym zdrowiem. Ten proces często jest określany mianem mikrokosmicznej orbity.*

*(Mówiąc najogólniej, polega on na tym, że wdychamy życiodajną energię i kierujemy ją do dolnej części brzucha —jest to obszar znany jako Dan Tien. Później energia przemieszcza się w górę kręgosłupa i z powrotem do przednich części ciała. W wyniku tego trwającego procesu tworzy się mikrokosmiczna orbita, która korzystnie wpływa na nasze zdrowie oraz świadomość).*

*Gdy doktor Hew Len przedstawił diagram opisujący metodę Ho'oponopono i pokazał, w jakich sytuacjach komunikacja między ludźmi jest niezakłócona i odbywa się w ruchu okrężnym, od razu zauważyłem jego podobieństwo z mikrokosmiczną orbitą. To było fascynujące — zobaczyć, jak działa wszechświat oparty na kręgach. Nigdy wcześniej tak na to nie patrzyłem.*

*Dzięki diagramowi doktora Hew Len zrozumiałem wreszcie, że większość z nas postrzega relacje międzyludzkie w sposób liniowy, dwukierunkowy. Rozmawiamy ze sobą; sprzeczamy się, negocjujemy, wskazujemy palcem itd. — te wszystkie zachowania mają formę horyzontalną.*

*Jednak przekonałem się, że jeśli zwrócimy je w innym kierunku i przekształcimy linie w okręgi, wywołamy niewiarygodną zmianę i zbudujemy głębszą więź z drugim człowiekiem. Według mnie diagram doktora Hew Len pokazywał, że osiągając Stan Zerowy, który znajduje się poniżej świadomej warstwy umysłu, dystansujemy się od naszych reakcji i zrywamy z przywiązaniem do tego, co postrzegamy. Możemy zacząć podróż do stanu nadświadomości i dalej, aż do świadomości Boskiej Mocy. To ona przelewa nasze czyste, pełne miłości intencje na innych ludzi, wkradając się chyłkiem do ich świadomości i budując czystą, niefiltrowaną więź.*

*Cóż mogę powiedzieć—jest to najskuteczniejsze narzędzie, z jakim miałem do czynienia. Oto przykład: w zeszłym tygodniu byłem na spotkaniu biznesowym. Osoba reprezentująca drugą stroną prosiła mnie o rzeczy, które byty nieuczciwe i świadczyły o jej egoistycznym podejściu. Zauważyłem, że robię się coraz bardziej spięty. Wtedy*

*przypomniałem sobie diagram i pomyślałem o korzyściach płynących z ruchu okrężnego. Przestałem walczyć i spróbowałem się zrelaksować.*

*Najpierw uregulowałem oddech i osiągnąłem Stan Zerowy. Wewnątrz czułem, że moja świadomość rośnie (zupełnie, jakbym wykonywał ćwiczenie qigong, które opisałem wcześniej). Moje podejście zmieniło się diametralnie. Gdybym mógł wyrazić w słowach to, co wtedy czułem, określiłbym to tak:*

*„Kocham Cię i chcę Cię wspierać. Wybacz proszę, że byłem dla Ciebie zbyt ostry. Co mogę zrobić, żebyś'poczuł się bezpieczny?Jak sprawić, żebyśmy obaj dostali to, czego chcemy?".*

*Zaraz potem wydarzyło się cos wspaniałego: mój przyjaciel (nie postrzegałem już tej osoby jako wroga i nie traktowałem jej jak zagrożenie) zaczął się zmieniać; stał się bardziej otwarty —jakby przestał się zmagać z jakimś wewnętrznym konfliktem. W ciągu kwadransa znaleźliśmy rozwiązanie dla naszego problemu — rozwiązanie, które odpowiadało zarówno jemu, jak i mnie. Jestem przekonany, że nie wpadłbym na nie, gdybym pozostał w poprzednim stanie umysłu.*

*Im więcej tajemnic życia poznajesz, tym bardziej zdajesz sobie sprawę, że wszystko jest ze sobą połączone; wszystko wywodzi się z uniwersalnych praw, takich jak to, które mówi o kręgach. Pamiętam, jak w filmie The Secret powiedziałeś, że „wszechświat lubi prędkość'". Chciałbym do tego dodać, że wszechświat lubi również kręgi: ): ), a nasze życie będzie płynąć bardziej gładko, jeśli dowiemy się, w którym kierunku podąża dany krąg.*

*Jeszcze raz Ci dziękuję, Joe. Diagram, za pomocą którego doktor Hew Len objaśnił metodę Ho'oponopono okazał się bardzo pomocny. Przedstawienie całego procesu w formie diagramu pomogło mi lepiej go zrozumieć. To wspaniałe narzędzie, które pomaga mi odnaleźć właściwą drogę, gdy zmagam się z jakimś problemem. Dzięki niemu jestem w stanie rozładować trudne sytuacje z pozycji Stanu Zerowego.*

*Pozdrawiam serdecznie*
*Nick „Tristan" Truscott, Sensei*
www. SenseiTristan. com
www. AllWaysZen. com

---

*Od kiedy wzięłam udział w Weekendzie Manifestacji, często powtarzam słowa „Kocham Cię, przepraszam, wybacz mi, dziękuję".*

*W moim życiu nie zaszły zmiany, które mogłabym łatwo zaobserwować i skatalogować, ponieważ ono już było wspaniałe.*

*Oczywiście, życzyłabym sobie lepszego zdrowia, żebym mogła odwiedzać moje córki i rodzinę w Queensland i brata w Paryżu, a także pojechać z mężem na jego wymarzoną wycieczkę pociągiem. Chciałabym, żeby świat pokochał moje powieści. Jednak to i tak byłoby niewiele w porównaniu z tym, co już teraz mam.*

*Niewidoczna zmiana jest niewiarygodna. Kiedy mówię „Przepraszam", naprawdę czuję się odpowiedzialna za to, co dzieje się w mojej świadomości w danej chwili. Nie potrafię już odseparować się od ludzi, którzy się ze mną nie zgadzają.*

*Nigdy przedtem nie czułam takiej więzi.*

*Przepraszam za to, co wyczyniam w Iraku. Nie cierpię wykonywać telefonów, ale wydzwaniam do ludzi z całego kraju, na wypadek, gdybym jednak mogła zmienić to, co robię w Iraku. Te działania pomagają mi się uleczyć.*

*Czuję, że mi wybaczono i jestem za to bardzo wdzięczna.*

*AWARIA NA DEER CANYON ROAD*

*Późne popołudnie — nagle cisza*
*Nieobecność elektrycznego brzęczenia*
*może bardzo uczłowieczać*
*Poczułam się elektrycznie ożywiona*
*Bez prądu w pokoju*
*ani w domu*
*nigdzie na ulicy*
*Żadnych wieści na temat naprawy*
*Kąpaliśmy się w wannie*
*piliśmy wino na dworze i zajadaliśmy się serem*
*rozmawialiśmy przyciszonym głosem*
*i obserwowaliśmy gwiazdy*
*Awaria na Deer Canzon Road w Arroyo Grandę w Kaliforni — niezwykła, luksusowa*
*— zupełnie inna niż awaria w Buffalo albo w Bagdadzie*

*Efelyn Cole*
*The Whole-Mind Writer*
http: //write-for-wealth. com

*Gdy dowiedziałem się o metodzie Ho'oponopono od doktora Hew Len i doktora Vitalego, odkryłem, że moja firma wymaga ciągłego oczyszczania. Gdy osiągam Stan Zerowy, firma działa sprawnie. Dlatego cały czas się oczyszczam i wracam do Stanu Zerowego, a doktor Hew Len nauczył mnie, jak to zrobić.*

*Na spotkanie z doktorem Hew Len i doktorem Vitałe zabrałem znajomą. Okazało się, że mamy ze sobą tyle wspólnego, że jeszcze tego samego dnia poszliśmy na randkę. Osiem miesięcy później byliśmy zakochani w sobie po uszy. Połączyło nas to, że mamy podobne podejście do życia — oboje chętnie wybaczamy i dbamy o samodoskonalenie. Dziękuję, doktorze Hew Len i doktorze Vitale za to, że opowiedzieliście o metodzie Ho'oponopono większej grupie osób. Dziękuję również za to, że zorganizowaliście spotkanie, na którym poznałem miłość mojego życia.*

*Chris Stewart, „The Prosperity Guy"* www. TheProsperityGuy. com

*Podróż do Austin była dla mnie prawdziwym wypoczynkiem po miesiącach na trasie. Wyjeżdżając z Houston, czułam, że robię sobie 24-godzinną przerwę od wyjątkowo absorbującego świata produkcji, w którym od jakiegoś czasu żyłam. To był dla mnie dzień Sądu Ostatecznego, który zaczął się jeszcze przed kolacją zorganizowaną przez doktora Joego Vitale.*

*Minęły miesiące, od kiedy ostatnio uczestniczyłam w prezentacji doktora Hew Len na temat Ho'oponopono — a dokładnie mówiąc, półtora roku. Mimo że nigdy wcześniej nie znałam Joe Vitalego, cieszę się, że sprowadził on Ihaleakala do Austin, w miejsce, do którego z łatwością mogłam dojechać.*

*W trakcie drogi do Austin obserwowałam zmieniające się obrazy za oknem, przypominając sobie poprzednie prezentacje na temat Ho'opotiopono i ich przesłania, o których dawno już zdążyłam zapomnieć. Wróciłam pamięcią do pierwszego z wielu spotkań z Ihaleakala i na nowo poczułam dreszcze, które mnie przeszły, gdy doktor przeczytał po hawajsku Modlitwę Otwarcia. Przypomniało mi się, jak dwa tygodnie po pierwszym szkoleniu Ho'oponopono podpisałam kontrakt na książkę, mimo że nie zrobiłam w tym celu nic oprócz wystąpienia na konwencji wydawców i rozdania kilku wizytówek. Dwa dni później zadzwonił do mnie wydawca i poprosił, żebym przedstawiła mu swoje pomysły na książkę. Pod koniec miesiąca mieliśmy już podpisany kontrakt.*

*Gdy dojeżdżałam już do Austin, przypomniał mi się jeszcze jeden epizod: pół roku temu weterynarz w Montrealu przekazał mi smutną wiadomość, że moja ukochana kotka Maya ma chłoniaka jelit. Nie potrafił powiedzieć, czy kotka dożyje chwili, gdy przyjadę po nią do kliniki. Kiedy zabrałam ją ze szpitala, weterynarz pomyślał, że przy dużym szczęściu będę miała kiika tygodni na pożegnanie się z ukochanym zwierzakiem. Zadzwoniłam do Ihaleakala z prośbą o szczególne oczyszczenie — o zlikwidowanie tego, co ta mała istotka przejęła ode mnie. Teraz mija rok i trzy miesiące, od kiedy weterynarz zdiagnozował chorobę Mai. Gdy przygotowywałam się na jej nagłe odejście, nie śmiałam nawet marzyć o tym, że wiele miesięcy i wiele przejechanych mil później kotka wciąż będzie ze mną.*

*Ponowne spotkanie z Ihaleakala w Austin było niczym wynurzenie się na powierzchnię z głębokiej wody — poczułam, że wróciłam na właściwe miejsce. Natychmiast przypomniały mi się przełomowe techniki, które poznałam w ciągu 25 lat studiowania rozmaitych nauk, od buddyzmu, przez celtyckie duchowe tradycje, tradycyjną psychoterapię, analizę snów (byłam w tym całkiem dobra), po techniki relaksacyjne, a nawet Wicca3.*

*Wreszcie dotarłam do Austin i ponownie stanęłam twarzą w twarz z Ho'oponopono — z filozofią i tradycją, która jednym ruchem zmiata z powierzchni wszystkie praktyki, procedury i niekończące się analizy, które z takim zapałem studiowałam przez wiele lat, z nadzieją, że wreszcie zrozumiem, jak działa świat, naprawię to, co jest we mnie złe i wreszcie zacznę żyć tak, jak powinnam. Muszę przyznać, że jakaś część mnie chciała pochwalić się tytn, którzy nigdy wcześniej nie słyszeli o Ho'oponopono, że, Ja to już znam", ale szybko oczyściłam się, a nonsens w postaci wspomnień zniknął.*

*Zanim doktor Vitale przedstawił słuchaczom Ihaleakala, poczułam coś, co uderzyło mnie jak błyskawica. Szybko wstałam od stołu i pobiegłam do damskiej toalety, z trudem powstrzymując łzy. W tamtej chwili w Austin, w sali z widokiem na linię wieżowców w centrum miasta, Ho'oponopono kompletnie mną zawładnęło. To był moment oświecenia, w trakcie którego zrozumiałam z pełną jasnością, że nie chcę już żyć w trasie. Pół roku później razem z kotką Maya jechałyśmy na zachód do Los Angeles, do nowego domu w Kanionie Topanga, który zwolnił się w idealnym momencie — tuż przed naszym przybyciem osoba, która zamierzała go wynająć, nagle zrezygnowała.*

*Minęło kolejnych siedem miesięcy. Kiedy tydzień temu znalazłam się na krawędzi kolejnej znaczącej zmiany, przeczytałam zdanie, które napisał Ihaleakala: „Zera jest główną bazą". Oczyściłam się i zeszłam z krawędzi kolejnego istnienia. Teraz mogę powiedzieć, że szczęśliwie nie spadłam.*

[3] Wicca (inaczej religia czarownic) to neopogański kult, obecnie bardzo popularny w Stanach Zjednoczonych.

*Dziękuję Ci za możliwość opowiedzenia o zmianach, odkryciach i przemyśleniach dotyczących Ho'oponopono, które wyniknęły bezpośrednio z mojej wycieczki do Austin w lutym.*

*Pokój od Ja"*

*Elizabeth Kaye McCall*

*Zanim usłyszałam o tej metodzie i zaczęłam ją stosować, zmagałam się z problemami w wielu obszarach życia: mój mąż we mnie nie wierzył i kwestionował moje umiejętności prowadzenia firmy, a moja praktyka rzeczywiście nie przynosiła większych sukcesów, dlatego czułam się osamotniona w realizacji celów, które sobie wyznaczyłam.*

*Podczas weekendu z Joe, na którym dowiedziałam się o metodzie, poznałam młodą kobietę o podobnych zainteresowaniach i celach. Postanowiłyśmy założyć spółkę. Nasze wspólne przedsięwzięcie odniosło ogromny sukces już po dwóch miesiącach. Teraz pracujemy nad kolejnym projektem. Mam wrażenie, że jesteśmy przyjaciółkami od wielu lat, a nie zaledwie od kilku miesięcy. Jednak najważniejsza zmiana polegała na tym, że zanim jeszcze odniosłyśmy sukces, moje relacje z mężem znacząco się poprawiły. Za każdym razem, gdy nie mogłam dogadać się z mężem, stosowałam metodę — i nagle on czytał moje książki elektroniczne, zadawał mi pytania i opowiadał o własnych doświadczeniach. W pracy zawodowej wziął na siebie więcej obowiązków; na nowo pokochał siebie i poczuł dumę z własnych dokonań, co bardzo pozytywnie wpłynęło na nasze relacje!*

*Mam ogromną wiarę w siebie i z ufnością patrzę w przyszłość, a wszystko dzięki temu, że poświęcam kilka minut dziennie na stosowanie prostej metody.*

*Dziękuję!*

*Karne King*

*Autorka* The Red Hot Bedroom (http: //www. redhotbedroom. com/)

*Założycielka Joyful Spaces* www. joyfulspaces. com)

*Ho'oponopono wraca w czasie*

*jestem miłośniczką zwierząt.*

*Ogromną.*

*Nie troszczę się tylko o własnych pupilów — kocham wszystkie zwierzęta.*

*Kilka lat temu znajomy powiedział mi o stronie The Animal Rescue Site* ( http: //www. theanimalrescuesite. com).

*Za pośrednictwem tej strony można dokarmiać zwierzęta w schroniskach — wystarczy kliknąć przycisk „Feed an Animal in Need". Każde kliknięcie to sześć misek jedzenia dla głodujących zwierzaków. Wystarczy kliknąć przycisk raz dziennie, żeby pomóc zwierzętom w schroniskach. Od pięciu lat codziennie odwiedzam tę stronę.*

*Pewnego sobotniego poranka robiłam porządki w poczcie elektronicznej ze wspaniałym uczucie, że robię coś dobrego dla świata: karmię głodne zwierzęta. Nagłe zauważyłam zdjęcie, które umieścił na stronie jeden z jej sponsorów.*

*Zdjęcie to przedstawiało zwierzę w klatce, które próbowało przegryźć kraty, żeby się z niej wydostać. Było tak wyniszczone i wygłodzone, że nawet piękne, puszyste futro nie było w stanie ukryć jego bólu. Zwierzę było tak zmaltretowane, że nawet nie potrafiłam stwierdzić, co to dokładnie było! Czy to był niedźwiedź? A może szop? Nie miałam pojęcia. Szczerze mówiąc, nie miałam ochoty bliżej mu się przyglądać. Strach podpowiadał mi, że to tylko przypomni mi, ile bólu jest na całym świecie i jak niewiele mogę zrobić, żeby to zmienić. Wiem jednak, że unikanie takich widoków i spoglądanie w inną stronę, żeby* poczuć się *lepiej, to żadne rozwiązanie.*

*Czułam ogromną potrzebę nawiązania dialogu z tym zwierzęciem. Słyszałam, jak mnie woła, błagając, żebym zwróciła na nie uwagę. Gdy przyjrzałam mu się bliżej, zobaczyłam, że jest to niedźwiedź schwytany w niewolę, trzymany w klatce przez dobre dziesiątki lat.*

> Niedźwiedzie są przetrzymywane w klatkach niewiele większych od nich samych po to, by ułatwić „dojenie". Z nacięcia w brzuchu, które dochodzi do woreczka żółciowego, wydobywana jest żółć wydzielana przez wątrobę i dostarczana tam przez przewód wątrobowy. W to nacięcie wkładana jest rurka albo stalowy pręt, po którym żółć spływa do miski. Z każdego misia pobiera się od 10 do 20 ml żółci dwa razy dziennie. Według WSPA (World Society for Protection of Animals — Światowe Towarzystwo Ochrony Zwierząt) świadkowie widzieli, jak podczas odsączania żółci niedźwiedzie jęczały, uderzały głową w kraty klatki i gryzły własne łapy. Współczynnik umieralności tych zwierząt wynosi od 50 do 60 procent. Gdy po kilku latach niedźwiedzie przestają produkować żółć, są przenoszone do innych klatek, w których albo umierają z głodu, albo są zabijane dla łap i woreczków żółciowych (łapy niedźwiedzie są uznawane za przysmaki) — za angielską *stroną* http: //en. wikipedia. org/wiki/Bile_bear.

*Gdy to przeczytałam, zrobiło mi się niedobrze. Poczułam natychmiastową chęć odreagowania złości na bezmyślnych kłusownikach. Jednak ostatecznie zapanowałam nad sobą, ponieważ przypomniałam sobie, że wstyd i obarczanie winą jeszcze nigdy nikogo nie zmieniło. A teraz, dzięki doktorowi Joe i doktorowi Hew Len, miałam w zanadrzu wspaniałe narzędzie: Ho'oponopono.*

*Zaczęłam recytować frazy: „Przepraszam. Wybacz mi, proszę. Kocham Cię. Dziękuję". Powtarzając wielokrotnie tę mantrę, wyobrażałam sobie, jak serca kłusowników wypełnia miłość, zrozumienie i współczucie. Widziałam, jak doznają oświecenia po odebraniu moich wibracji. Ich świadomość zwiększa się, a ponieważ nie mogą obwiniać nikogo innego oprócz siebie za krew, którą mają na rękach, padają na kolana w ogromnym poczuciu winy i wstydu, błagając Boga i storturowane misie o litość i wybaczenie. A potem zobaczyłam, jak uwalniają niedźwiedzie z klatek, dają im leki, otaczają je troską i opieką, której tak potrzebowały, aż w końcu wypuszczają zwierzęta na wolność.*

*Wielu z was nie wie (ja również tego nie wiedziałam), że ludzie od wieków stosują żółć niedźwiedzi do różnych celów. Dziś jest ona wykorzystywana do produkcji win, szamponów i leków. Tragedia, która się za tym kryje nie dotyczy tylko czasów obecnych, dlatego oczyszczając się, myślałam również o tym, co się działo przed wiekami. Na uzdrowienie czekało kilkaset lat cierpienia i bólu.*

*To doświadczenie pochłonęło mnie całkowicie. Przez kilka godzin dziennie nie potrafiłam się skupiona niczym innym oprócz powtarzania słów: „Przepraszam. Wybacz mi, proszę. Kocham Cię. Dziękuję".*

*Ciężar tego globalnego bólu był nieunikniony i niezaprzeczalny. Moje serce było pełne cierpienia i rozpaczy. Zupełnie, jakbym to ja schwytała niedźwiedzie i trzymała je w klatkach.*

*Razem z mężem mamy taki zwyczaj, że raz w tygodniu spotykamy się na „randce". Tamtego dnia zaprosił mnie do kina. Ja byłam w podłym nastroju i nie miałam ochoty nigdzie wychodzić. Ale wiedziałam, że nie mogę powiedzieć: „Nie, dziękuję. Nie mam dziś ochoty na kino — martwię się o klatki". To brzmiałoby bezsensownie.*

*Nie przerywając procesu oczyszczania, zgodziłam się na wspólne wyjście. Poszliśmy na film* **16 przecznic** *z Brucem Willisem. Nie spodziewałam sie, że będzie on tak mocno nawiązywał do tego, co wówczas przeżywałam. Główny przekaz tego filmu brzmiał: „Ludzie się zmieniają".*

*W trakcie całego seansu praktykowałam Ho'oponopono. W jednej ze scen zauważyłam w tle autobus, na którym naklejona była duża reklama.*

*Przedstawiała ona zdjęcie misia-maskotki, pod którym widniał napis „Rozdawaj miłość".*

*Na poprzednim szkoleniu dowiedziałam się, że takie objawienie nosi nazwę „snu na jawie". Mój nauczyciel powiedziałby: „Rób dalej to, co robisz. Jesteś'na dobrym tropie!". Czy właśnie w ten sposób wszechświat do nas przemawia? Chciałabym, żeby tak było.*

*Reklama na autobusie po raz kolejny uświadomiła mi, że moja złość nie odmieni kłusowników; oni potrzebowali miłości. Niedźwiedzie potrzebowały mojej miłości. Świat potrzebuje naszej miłości. Miłość zmienia ludzi — od tej zasady nie ma żadnych wyjątków. Obdarzanie innych miłością w niebezpiecznych, nieprzyjemnych i groźnych sytuacjach jest jedynym, co możemy zrobić, żeby wyeliminować zagrożenie i wprowadzić trwale zmiany. To nie zawsze jest proste, ale odpowiedź jest tylko jedna: miłość.*

*Gdy dzień zaczął chylić się ku końcowi, moja nadwrażliwość osłabła, a mdłości, niepokój, ból, żal i poczucie winy, które tak silnie odczuwałam, zaczęły ustępować. Mimo to kontynuowałam Ho'oponopono aż do chwili zaśnięcia.*

*Niedługo później, przechodząc koło telewizora, usłyszałam, jak dziennikarz mówi o ocaleniu niedźwiedzi. Od razu poczułam, że ta wiadomość jest specjalnie dla mnie — dostałam potwierdzenie, że naprawdę mogę zmienić świat, bez względu na to, gdzie się znajduję. Mogę to uczynić nawet siedząc w kinie i zajadając popcorn.*

*Dziękuję, doktorze Joe, doktorze Hew Len i wszystkim innym, którzy zapoznali nas z Ho'oponopono, za to, że nas obudziliście i uświadomiliście nam, że możemy uzdrawiać świat i zmieniać go na lepsze. To dopiero początek naszej pracy.*

*Sprawcie, żebyśmy zawsze pamiętali te słowa:*
*Nikogo nie krzywdź.*
*Pokochaj wszystko.*
*Pokochaj wszystkich Ho'oponopono podróżuje w czasie...*

*Suzanne Burns* www. ThankYouth. com

*Moje wieloletnie poszukiwania lekarstwa na astmę skończyły się...*

*Pewnego tajemniczego wieczoru, po 50 latach cierpienia na astmę i alergie, mój stan zdrowia uległ nagłej, magicznej wręcz poprawie. Data zmiany: 25 lutego 2006.*

*Wcześniej tego dnia, relaksując się na meksykańskim lunchu w Austin, poczułam, że moje serce zaczęło bić szybciej. Poczułam się bardzo dziwnie —jakby ktoś (lub coś) nade mną pracował. Ogarnęła mnie fala miłości. Potem wróciłam do posiłku.*

*Tamtego wieczoru cała sala hotelowa elektryzowała. Wszyscy obecni czuli niewytłumaczalne podniecenie. Doktor Plew Len, który przemawiał na spotkaniu, usiadł przy moim stole. W trakcie obiadu opowiedziałam mu o dziwnym uczuciu, którego doświadczyłam tego popołudnia, a on nawiązał do naszej rozmowy w swoim wykładzie.*

*Wiedziałam co nieco na temat hawajskiej techniki duchowego łeczenia* huna, *lecz nie znałam metodologii uzdrawiania poprzez wybaczanie, zaprezentowanej przez doktora Hew Len. W trakcie swojego wykładu wyjawił, że przed kolacją pracował nad oczyszczeniem wszystkich uczestników, odczytując nasze nazwiska i próbując osiągnąć jedność z każdym z nas.*

*jak to robił? Wyrażając miłość do każdej osoby, prosząc o wybaczenie zła, które świadomie lub nieświadomie nam wyrządził lub które wyrządzili jego przodkowie naszym przodkom od samego zarania dziejów. No, no! To dopiero sporo do oczyszczenia! Jednak tylko w ten sposób doktor Hew Len mógł naprawić swoje (i nasze) relacje z Boską Mocą.*

*Następny dzień od razu przyniósł cud. Spotkałam się z moim mentorem (z programu Joe Vitalego* Executive Mentoring) *i jego żoną na lunchu, ponieważ mieszkam poza miastem i nigdy nie mieliśmy okazji poznać się osobiście. Aby dojść do restauracji, musiałam minąć kilka przecznic. Okazało się, że w trakcie tego spaceru ani razu nie potrzebowałam inhalatora. To był pierwszy sygnał, że dzieje się coś niezwykłego. Moi towarzysze zauważyli, że z parkingu do restauracji miałem do przejścia długą drogę. Powiedziałam im, że czuję się, jakbym już nie miała astmy.*

*Później tego samego dnia miałam przyjemność zjeść kolację z doktorem Hew Len. Rozmawialiśmy o uzdrawiającej mocy Ho'oponopono i o tym, że skoro ja jej doświadczyłam w związku z moją astmą, mogę zacząć pomagać innym. Doktor Hew Len powiedział, że bardzo ważne jest, aby przed każdym posiłkiem pić wodę, ponieważ wypłukuje ona toksyny i usuwa szkodliwe składniki, będące siedliskiem licznych zanieczyszczeń. Hmm!*

*Sprawy szły ku lepszemu. Od tamtego czasu minęło prawie pół roku i mimo że zachorowałam na zapalenie oskrzeli, obyłam się bez leków. Chrapliwy oddech zniknął; nie potrzebuję już inhalatora i przestałam brać łęki na astmę. Wielokrotnie odwiedzałam przyjaciół, którzy mają koty, psy lub ptaki — nawet u nich nie miałam żadnych trudności z oddychaniem. Mam czyste płuca i po raz pierwszy w życiu mogę oddychać pełną piersią. To coś wspaniałego!*

*Doktorze Hew Len: choć nie nazywa Pan tego procesu leczeniem i unika Pan określenia „uzdrowiciel" (prawdopodobnie powiedziałby Pan teraz, że to wszechświat i moja dusza mnie uleczyły), dziękuję Panu i dziękuję Joe Vitalemu za to, że umożliwił mi spotkanie z Panem tamtego magicznego wieczoru! Jestem Wam dozgonnie wdzięczna.*

*Martha Snee* www. translimit. com

I jeszcze jeden:

*Irlandczyk znajduje Aloha*

*Dziesięć łat temu zacząłem praktykować Ho'oponopono, co pozwoliło mi lepiej poznać samego siebie. Po wielu latach studiów nad azjatyckimi metodami leczenia, sztukami walki i technikami relaksacyjnymi, natknąłem się na informacje o tym hawajskim procesie rozwiązywania problemów.*

*W moich poszukiwaniach przeszedłem swoiste pranie mózgu, żeby doznać tego, co nazywamy oświeceniem. Jako Irlandczyk zawsze szukam „dowodów puddingu "—to powiedzenie oznacza, że nigdy nie zadowalam się pustymi słowami; interesują mnie tylko namacalne efekty. Wychowałem się w Południowym Bostonie w Massachussets. Robotnicze dzielnice zamieszkiwane przez twardych jak skała Irlandczyków wciąż przeszywały dźwięki strzelaniny i syren policyjnych będące dla nas taką samą codziennością jak dla innych poranny śpiew ptaków. W takim miejscu szanse na metafizyczne objawienie i zrozumienie wszechświata są niewielkie. Dlatego gdy tylko dowiedziałem się o możliwości uczestnictwa w darmowym wykładzie, natychmiast wpisałem się na listę. Byłem ciekawy, na czym polega ta hawajska filozofia.*

*Okazało się, że to cos zupełnie innego, niż sądziłem. Wiele systemów wykorzystuje energię i przemieszczaj niczym pionki na szachownicy. Metoda Ho'oponopono pokazuje natomiast, jak pozbyć się negatywnych elementów, które przyjmują postać problematycznych sytuacji wewnątrz nas samych (można to porównać do usunięcia wszystkich pionków z szachownicy jednym ruchem). Byłem więcej niż zaintrygowany. Nie przyswoiłem od razu wszystkich koncepcji zaprezentowanych na wykładzie, ponieważ było to dla mnie cos' zupełnie nowego. Jednak pod koniec zajęć postanowiłem dać szansę dwóm wolnym narzędziom, które każdy z nas dostał w podarunku, i korzystać z nich najczęściej, jak się da w trakcie mojej praktyki zawodowej. Chciałem zobaczyć dowód puddingu, który można było zjeść.*

*W przeszłości praktykowałem Tui Na —jest to forma chińskiego masażu leczniczego. Z czasem mój pogląd na metody uzdrawiania bardzo się zmienił Zanim zacząłem korzystać z narzędzi, łatwo wyrabiałem sobie pogląd na temat stanu zdrowia moich pacjentów w oparciu o azjatyckie tradycje związane z energią i meridianami. Kiedy wprowadziłem do użycia narzędzia, zauważyłem, że moje zrozumienie Jak" i „dlaczego" ewoluowało. Wynikało to z tego, że teraz leczyłem obszary, które nie miały nic wspólnego z problemami opisywanymi przez moich klientów. Mimo to efekty były niemalże natychmiastowe.*

*Moje poglądy ewoluowały, a ja zaczynałem coraz lepiej rozumieć tę hawajską formę sztuki. Wiosną następnego roku wziąłem udział w pełnym szkoleniu, po którym na stałe wprowadziłem w życie metody i techniki Ho'oponopono.*

*Pewnego dnia zadzwoniła do mnie była klientka (nazwijmy ją J), która ma własną praktykę psychologiczną. Poprosiła mnie, żebym przyjął jej pacjentkę (niech to będzie F), której stan bardzo ją niepokoi. Pani F cierpi na zaburzenia dwubiegunowe, wielokrotnie próbowała popełnić samobójstwo i ma za sobą kilka przymusowych pobytów w szpitalu psychiatrycznym, na które została wysłana dla własnego bezpieczeństwa. Zapytałem J: „Co takiego ci zrobiłem?". Zaśmiała się i odpowiedziała: „Wiem, że możesz jej pomóc. Musisz. Jeżeli tego nie zrobisz, ona umrze". Zgodziłem się. Pod koniec rozmowy J wyznała, że F -została kiedyś' zaatakowana przez masażystę. Zapytałem sam siebie: „Co mogę zrobić, żeby pomóc tej kobiecie?".*

*Gdy tamtego wieczoru wróciłem do domu, usiadłem na kanapie i zacząłem się zastanawiać, co powinienem zrobić. Jak mogę wywołać zmiany na takim poziomie? W trakcie tych rozważań słowo „Ho 'oponopono" powracało w moich myślach niczym zdarta płyta. Postanowiłem więc użyć narzędzi, których nigdy wcześniej nie stosowałem. Włożyłem ogromny wysiłek w każdą sesję — zarówno przed nią, jak i w trakcie, a nawet po jej ukończeniu — ale nigdy nie powiedziałem F o moim sekrecie. Naszym spotkaniom towarzyszył humor i dobre samopoczucie. Oczyszczając się, czułem swoisty, gęsty spokój". Ostateczny efekt był taki, że F przeszła całkowitą przemianę. W tej chwili jest aktywną zawodowo kobietą, która potrafi poradzić sobie w trudnych chwilach. To żywy dowód na to, że jeśli weźmiemy na siebie całkowitą odpowiedzialność, możemy zmienić każdą sytuację.*

*Moja praktyka zawodowa masażysty również uległa zmianie. Coraz rzadziej zdarza mi się dotknąć pacjenta. Biegnę przez życie w szybkim tempie, raz po raz trafiając na próg zwalniający i za każdym razem zastanawiam się, dokąd zaprowadzi mnie kolejne oczyszczanie. Czy to jest proste? Nie, ale jestem wdzięczny losowi za wszystkie sytuacje,*

*dzięki którym zrozumiałem, kim naprawdę jestem.*

*Po wielu latach wolontariatu w Foundation of I, Inc. Freedom of the Cosmos, mój pogląd na życie jest prosty:*

*Zawsze będą jakieś' problemy, w tej czy innej formie — mogą to był kłopoty rodzinne, stres, nieprzychylne opinie albo wojny. Na początku trudno jest zaakceptować ten fakt. Jednak zamiast pytać: „Dlaczego ja?" (które wymusza odpowiedź sugerującą winę), wolę stwierdzić: Jestem odpowiedzialny" (bez poczucia winy), zastosować odpowiednie narzędzia i poddać się woli Boga.*

To jest bardzo, bardzo trudne zadanie. *Powiedziałem, że* bardzo *trudne? Wierzę, że wszyscy doświadczamy idealnych, niekonfliktowych sytuacji, ale po prostu nie potrafimy ich ogarnąć, ponieważ w tych samych ramach czasowych współistnieje zbyt wiele różnych rzeczywistości. Nie powinniśmy marnować czasu, zastanawiając się nad tym, jak, dlaczego i kiedy, lecz po prostu przejść do czynów.*

*Jeśli uda nam się to osiągnąć, przestaniemy ograniczać sami siebie. Zawsze, gdy robimy krok na zewnątrz po to, żeby się obwinić, reagować, narzekać lub jęczeć, tracimy jasność osądu w danej kwestii — inaczej mówiąc, nasze szanse na naprawienie problemu, który jest w nas, drastycznie maleją. Jeżeli obwiniamy siebie lub kogoś' innego, tracimy wieź (tak, jakbyśmy nie zapłacili rachunku za kablówkę i nagle bam! Nie ma HBO).*

*Wybór należy do nas: nie musimy być zadufani w sobie ani czuć przygnębienia. Wystarczy, że będziemy kontynuować naszą podróż, nie formułując żadnych ocen w stosunku do naszego największego daru — samych siebie.*

*Jeśli zdarzy mi się popełnić błąd w procesie oczyszczania, wstaję, otrzepuję się i zaczynam od nowa, dając sobie jeszcze jedną szansę na ujrzenie dowodu puddingu.*

*Dziękuję.*

*Brian Om Collins*



# Jak osiągnąć szybsze rezultaty

*Nie mówisz „Wybacz mi, proszę" do Boskiej Mocy dlatego, że ona musi to usłyszeć, lecz dlatego, że Ty musisz to usłyszeć.*

— dr Ihaleakala Hew Len

Mimo wszystkich dowodów, o których przeczytałeś w poprzednim rozdziale, nadal miałem wątpliwości. Powiedziałem doktorowi Hew Len, że oczyszczanie nie zawsze przynosi natychmiastowe rezultaty. Odpowiedział:

— Gdybyś zobaczył szeroki wachlarz rezultatów oczyszczania wykonywanego przez ciebie i przez innych, oniemiałbyś. I oczyszczałbyś się jeszcze częściej. Każdy z nas przechowuje w swojej duszy błędy tego świata. Szekspir dostrzegł to z wyjątkową wnikliwością: „Nieszczęsna duszo, centrum grzesznej Ziemi ciała/ Wodzu, osaczon ciasno przez pułk zbuntowany (… )" (Sonet 146).

Szekspir zauważa, że rozum (intelekt) jest przyczyną szaleństwa, zamieszania i niejasności:

[1] William Shakespeare, *Sonety,* przekł. Stanisław Barańczak, Wydawnictwo a5, Poznań 1993.

Ledwie w obłędnych łowach dopadnę zwierzyny -Z obłędną nienawiścią widzi w niej przynętę,
Co szaleństwem skaziła jej plany i czyny... [2]

Sonet 129

Szekspir ma świadomość, że wspomnienia są dla nas problemem:

Gdy przed trybunał myśli na rozprawę czutą
Wzywam świadków obrony — przeszłych dni wspomnienia —
Wzdycham, patrząc jak wiele w pustkę się rozsnuło:
Prócz dawnych strat — to jeszcze, co czas w nicość zmienia.

(... )
Skarżę się na cierpienia wcześniej wycierpiane
I ponownie przebiegam wzrokiem swój zawity
Rachunek trosk — spłacony, wiem, lecz nie przestanę
Spłacać go, choćby oczy bez końca łzawiły. [3]

Sonet 30

Morrnah wie, jaki jest cel daru życia, który otrzymaliśmy od Boskiej Mocy.

Oczyszczaj się, wymazuj, wymazuj i znajdź swoje własne Shangri-la. Gdzie? W sobie.

Szekspir i Morrnah to posłańcy, którzy przynoszą nam wiadomości o tajemnicy istnienia.

Staram się być bardzo otwartą osobą — a przynajmniej kimś, kto nazywa się Joe Vitale albo Ao Akua. Jednak nadal nie mogłem zrozumieć komunikatu doktora Hew Len. Postanowiłem, że się nie poddam. Pamiętam, co sam pisałem w poprzednich książkach: dezorientacja to cudowny stan poprzedzający zrozumienie.

[2] Ibidem.

[3] Ibidem.

Cóż, ja właśnie byłem w tym „cudownym stanie"

Wielu terapeutów zwraca się do doktora Hew Len, ponieważ są chorzy albo nie potrafią już pomagać ludziom. Dobrze wiem, co oni czują. Jestem autorem programu „Trenerzy Cudów" (http: //www. miraclescoaching. com) i chciałem, żeby moi trenerzy zrozumieli, że jedynym sposobem na uleczenie innych jest uleczenie samego siebie; tamci ludzie już są doskonali. Doktor Hew Len wyjaśnił to w e-mailu:

Jeden z uczestników weekendowych zajęć Tożsamość poprzez Ho'oponopono w Calabasas w Kalifornii nagle wykrzyknął podczas mojego popołudniowego wykładu:

— Mój Boże, teraz wiem, dlaczego bolał mnie brzuch, gdy leczyłem moich klientów. Celowo brałem na siebie ich niedolę. A nie muszę tego robić. Mogę się oczyścić, likwidując w ten sposób wszelką niedolę.

Ten człowiek zrozumiał to, czego większość „uzdrowicieli" nie potrafi pojąć. Klient jest doskonały! To nie on stanowi problem. Uzdrowiciel też nie. Problemem jest to, co Szekspir określa jako „To (... ), co czas w nicość zmienia".

Ten problem to błędne wspomnienia, które gromadzą się w Podświadomości (Unihipili) wspólnej dla „uzdrowiciela" i jego klienta.

Tożsamość poprzez Ho'oponopono to proces rozwiązywania problemów oparty na żalu, wybaczeniu i przeobrażeniu, który każdy *może przeprowadzić samodzielnie.* W procesie tym błagamy Boską Moc, żeby przemieniła błędne wspomnienia przechowywane w Unihipili w Zero — w nic.

Tak samo jest z Tobą. Błędne wspomnienia w Twojej Unihipili to powracające problemy. Mogą one dotyczyć Twojej nadwagi, syna lub czegokolwiek innego. Świadomy Umysł (Intelekt) nie może sobie z nimi poradzić. Nie ma pojęcia, co się dzieje.

Dlatego w metodzie Ho'oponopono zwracamy się do Boskiej Mocy, która jest w nas i wie, jak rozwiązać nasz problem, żeby przekształciia powracające wspomnienia z Unihipili w Zero.

Należy zauważyć jeszcze jedną rzecz. Nasze oczekiwania i zamiary nie mają żadnego wpływu na działanie Boskiej Mocy. Ona zrobi to, co trzeba, na swój własny sposób i w wybranym przez siebie czasie.

Nadal jeszcze wszystkiego nie rozumiałem, ale wierzyłem w potęgę słów „Kocham Cię". Są przecież takie niewinne. Jaką krzywdę mogłoby wyrządzić wielokrotne powtarzanie słów „Kocham Cię"? Żadnej. Albo, inaczej mówiąc, zero.

Doktor Hew Len wyjaśnił kiedyś, że „aby otworzyć się na bogactwo Boskiej Mocy, trzeba *najpierw* usunąć wszystkie wspomnienia. Dopóki wspomnienia (blokady, ograniczenia) istnieją w naszej Podświadomości, Boska Moc jest blokowana i nie może podarować nam *chleba powszedniego.*

Zacząłem odczuwać potrzebę powiedzenia całemu światu o metodzie oczyszczania za pomocą słów „Kocham Cię". Jako wytrawny przedsiębiorca od razu zobaczyłem w niej produkt, dlatego zaproponowałem mojemu partnerowi biznesowemu, Patowi 0'Bryanowi, wydanie specjalnej płyty z tą metodą. Od razu się zgodził. Nagrałem cztery frazy, a Pat skomponował do nich muzykę. Stworzyłem również stronę internetową, na której można kupić naszą płytę *(http: //www. milagroresearchinstitute. com/iloveyou. htm).*

Strona internetowa i płyta z nagraniem szybko stały się bestsellerami. Jednak bardziej niż wysoka sprzedaż cieszył nas fakt, że pomagamy ludziom otworzyć się i doświadczyć potęgi prostego procesu oczyszczania. Wyobraź sobie tysiące ludzi powtarzających słowa „Kocham Cię"!

Mark Ryan — przyjaciel, który jako pierwszy opowiedział mi o tajemniczym terapeucie leczącym chorych psychicznie przestępców — również pomógł mi w stworzeniu produktu opartego na wiedzy doktora Hew Len.

Wspólnie z Markiem nagraliśmy płytę DVD z przekazem pod-progowym. Chcieliśmy w ten sposób pomóc ludziom dokonać przemiany w łatwy i naturalny sposób. Wystarczy włożyć płytę do odtwarzacza, usiąść wygodnie i obejrzeć nagranie, na którym Mark oraz ja opowiadamy różne historie z oryginalną muzyką w tle. Świadomy umysł widza rejestruje piękne widoki przedstawiające egzotyczne wyspy albo chmury na niebie. Jednocześnie odbiera podprogowe komunikaty, które pojawiają się na ekranie na krótką chwilę. To swoiste telegramy wysyłane do podświadomości. Zawierają słowa, które pomagają pozbyć się wszelkich uraz i w pełni odczuwać miłości. Ta płyta ma nauczyć widza wybaczać i nie bać się pokochać na nowo (więcej informacji znajdziesz na stronie www. subliminalmani *festation. com).*

Nasz produkt został zaprojektowany tak, aby pomóc ludziom oczyścić się i usunąć negatywne blokady, które ich ograniczają. Gdy to osiągną, znajdą się w Stanie Zerowym i poczują prawdziwe szczęście.

Odkryłem, że im częściej się oczyszczam, tym więcej pomysłów przychodzi mi do głowy. Nazwałem to Zainspirowanym Marketingiem. W przeszłości próbowałem tworzyć nowe produkty, łącząc rozwiązania, które istnieją już na rynku. Teraz realizuję nowatorskie pomysły, co jest mniej stresujące, a przynosi dużo lepsze efekty. Wystarczy, że ich nie zignoruję i przejdę do działania. Tak właśnie razem z Patem wpadliśmy na pomysł nagrania płyty „Kocham Cię". Tak samo razem z Markiem stworzyliśmy płytę DVD z przekazem podprogowym. Pomysł sam przyszedł mi do głowy, a ja po prostu go zrealizowałem.

Jeżeli zastanowisz się nad konsekwencjami tego, co przed chwilą napisałem, możesz poczuć zdumienie i podziw. To bardzo ważne: ciągłe oczyszczanie jest ważniejsze niż cokolwiek innego. Kiedy się oczyszczasz, wpadasz na nowe pomysły. Niektóre z nich mogą pomóc Ci zarobić dużo, dużo pieniędzy.

Doktor Hew Len przedstawił kilka sposobów własnego autorstwa na nieustanne oczyszczanie. Jednym z nich jest symbol, który przyszedł mu do głowy pod postacią inspiracji. Oto on:




Umieścił go na swojej wizytówce, a także na naklejkach i plakietkach (zobacz *www.* businessbyyou. com*). Jak* sam wyjaśnia, słowo *Ceeport* zostało stworzone z angielskich słów *Clean, Erase, Erase, while retuming back to*

*Port — the zero stałe* (oczyszczaj się, wymazuj, wymazuj, wracając do portu — stanu zerowego).

Dziś jestem już przekonany, że oczyszczanie to jedyny sposób na osiągnięcie szybszych rezultatów, dlatego noszę *dwie* takie plakietki. Oprócz tego wszędzie umieszczam naklejki z symbolem Ceeport — w samochodzie, na komputerze, w portfelu, a nawet na sprzęcie w siłowni. Nakleiłbym je sobie na czole, gdyby nie to, że dziwnie bym wyglądał. Oczywiście, zawsze pozostaje jeszcze tatuaż.

Pewnego dnia doktor Hew Len odwiedził mnie, żeby omówić tę książkę. Pokazałem mu moją nową wizytówkę. Znajomy zrobił mi zdjęcie na tle mojego najnowszego auta: Panoza Esperante GTLM, egzotycznego, ręcznie montowanego luksusowego samochodu sportowego składanego poza Atlantą. Wiedziałem, że na tym zdjęciu wyglądam na człowieka pewnego siebie i cieszącego się dobrym zdrowiem, ale nie miałem pojęcia, że ten obraz miał aż taką moc (zobacz moje zdjęcie z Francine znajdujące się na mojej wizytówce).

Doktor Hew Len przyglądał się zdjęciu przez kilka chwil, po czym powiedział:

— To jest narzędzie do oczyszczania. Możesz wymazywać wspomnienia i likwidować negatywne emocje, wymachując tą wizytówką przed przedmiotami, ludźmi lub przed samym sobą.

Nie wiedziałem, czy ma rację, czy nie, ale poczułem się dumny ze swojej wizytówki i nie mogłem się doczekać, aż zacznę ją wręczać ludziom. Od razu pomachałem kartonikiem, żeby oczyścić negatyw-ność wokół mnie. Doktor Hew Len zaśmiał się, gdy to zobaczył.

Doktor Hew Len powiedział, że logo firmy produkującej samochody Panoz — oryginalny herb z symbolem yin-yang, w który wrysowana jest trzylistna koniczyna — również jest narzędziem do oczyszczania. Wpatrywał się w jasnoczerwone, białe i niebieskie tło, a potem w zieloną koniczynę po środku. Powiedział, że ten symbol również ma moc oczyszczania. Ponieważ uwielbiam mojego Panoza i dość często nim jeżdżę, myśl o tym, że siedząc za kierownicą doznaję oczyszczenia, wywołała mój uśmiech.




A najpiękniejsze w mojej wizytówce jest to, że na zdjęciu wyraźnie widać znak firmowy Panoza, który znajduje się na masce. Można więc powiedzieć, że wizytówka stanowi podwójne narzędzie do oczyszczania.

Jestem pewny, że po przeczytaniu tego, co przed chwilą opowiedziałem, wielu czytelników pomyśli o doktorze Hew Len: „To wariat". Bez względu na to, jakie są Twoje odczucia, pamiętaj, że efekty, które osiągam ja, a także inne osoby korzystające z „szalonych" narzędzi, takich jak moja wizytówka, są prawdziwe. Jeśli podchodzisz do tego sceptycznie, nic nie zmienię, nawet gdybym je tu wszystkie wymienił. Zgadzam się, że historie o ludziach, którzy umieszczają plakietki z symbolem Ceeport w swoich biurach, żeby zwiększyć sprzedaż, mogą brzmieć dziwnie lub nawet podejrzanie. Cóż, może to jest efekt placebo: ta metoda działa, ponieważ ludzie wierzą, że tak jest. Nawet jeśli to prawda, jestem za tym, żeby ją stosować.

Marvin, sprzedawca luksusowych samochodów, o którym przeczytasz w następnym rozdziale, pobiją wszelkie rekordy sprzedaży. Wyznał mi, że umieszcza naklejki Ceeport „dosłownie wszędzie".

Może jego wiara w skuteczność tego narzędzia sprawia, że osiąga takie sukcesy.

A może samo narzędzie wykonuje całą pracę.

Kto może to stwierdzić z całą pewnością?

Kiedyś pewien lekarz powiedział mi: „Wszystkie metody leczenia wykorzystują rekwizyty i placebo".

Jeżeli moja wizytówka to placebo, muszę przyznać, że całkiem tanio mi to wychodzi.

Moje zdanie jest takie: jeśli to działa, rób to.

Oczyszczaj się, oczyszczaj, oczyszczaj.



# Jak zdobyć większe bogactwo

*Ja jestem, Ja".* Owau no ka Ja".

Moje następne seminarium z doktorem Hew Len różniło się od pierwszego. Co prawda mówił o tym samym: żeby się oczyszczać i wymazywać programy oraz wspomnienia, ale był bardziej rozluźniony, a jego wypowiedzi miały charakter bardziej spontaniczny i improwizowany. W pewnym momencie wziął do ręki piłkę do baseballu i zapytał, jaki jest cel tej gry.

— Zaliczyć wszystkie bazy i zdobyć punkt — odezwał się ktoś z sali.

—Wygrać — powiedział ktoś inny.

— Nie spuszczać wzroku z piłki — powiedziałem.

— Dokładnie! — wykrzyknął doktor Hew Len ze swoim silnym hawajskim akcentem. — Żeby wygrać albo zdobyć punkt, trzeba przez cały czas patrzeć na piłkę. A co jest baseballem w waszym życiu?

Na sali zapadła cisza.

— Oddychanie — ktoś powiedział.

— Chwila obecna — zaproponował ktoś inny.

Doktor Hew Len domyślił się, że nie wpadniemy na prawidłową odpowiedź, więc ją nam wyjawił:

— Baseball to Boska Moc — powiedział. — Musicie koncentro wać się na powrocie do Stanu Zerowego. Żadnych wspomnień. Żad nych programów. Zero.

Oczyszczanie. Oczyszczanie. Oczyszczanie.

Wszystko, co mamy do zrobienia na tej ziemi, to oczyszczać się lub nie oczyszczać. Możemy sami wybrać swoją drogę, ale to nie od nas zależy, czy rzeczywiście doznamy oczyszczenia. Musimy zaufać Boskiej Mocy, że da nam to, czego potrzebujemy. Czy my wiemy lepiej niż Ona? Wątpię. Dlatego dajmy Jej wolną rękę.

Oczyszczajmy się. Oczyszczajmy. Oczyszczajmy.

— Moją intencją jest dostosować się do intencji Boskiej Mocy — powiedziałem.

— Bardzo dobrze, Joseph — pogratulował doktor Hew Len. Intencje nas ograniczają. Powiedzmy, że chcesz mieć miejsce
parkingowe zaraz przy wejściu do firmy. Masz taką intencję. Jednak Boska Moc daje Ci parking milę dalej. Dlaczego? Bo musisz więcej spacerować. Odpuść sobie. Daj jej wolną rękę.

Oczyszczaj się. Oczyszczaj. Oczyszczaj.

Spędziłem jeszcze dwa dni z doktorem Hew Len. Trzynaście osób na sali. Wszyscy zastanawialiśmy się nad tym, skąd biorą się problemy.

— Zawsze będziecie mieć problemy — oświadczył doktor Hew Len.

Nie zgadzam się z tym stwierdzeniem, ale mimo wszystko je tu przytaczam. Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

— Problemy to powracające wspomnienia — wyjaśnił. — A wspomnienia to programy. One nie należą tylko do was. Są dzie lone z innymi ludźmi. Jedynym sposobem na uwolnienie wspomnienia jest wyrażenie miłości do Boskiej Mocy. Ona was usłyszy i odpowie. Jednak zrobi to w taki sposób i w takim czasie, który będzie najlepszy dla wszystkich. Macie wybór, ale to nie wy decydujecie. Boska Moc robi to za was.

Nie rozumiałem. Oczyszczać się Oczyszczać. Oczyszczać.

Marvin, szczęśliwy, uśmiechnięty człowiek z Filipin, który jest dilerem luksusowych samochodów, wstaje z krzesła i wyznaje, że jego roczne obroty sięgają 150 milionów dolarów, mimo że nigdy nie próbował nikomu niczego sprzedać. Jedyne, co robi, to oczyszczanie.

— Przez cały dzień powtarzam słowa „Kocham Cię" — wyjaśnia. — Słuchając ludzi, oczyszczam się. To jedyne, co robię: oczyszczam się, oczyszczam, oczyszczam. Wciąż się oczyszczam.

— Nie masz zupełnie żadnych intencji? — zapytałem sceptycznie. Według mnie powinien przynajmniej mieć zamiar sprzedania samochodów, w końcu na tym polega jego praca.

— Żadnych — odpowiedział. — Bez wyjątków. Po prostu przychodzę do pracy i oczyszczam się.

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

Przez dwa dni wysłuchiwałem historii o oczyszczaniu, opowiadanych przez zwykłych ludzi, takich jak Ty i ja. Mimo to trudno było mi to zaakceptować. Mam się oczyszczać i powtarzać „Kocham Cię", a cały świat się zmieni? Będę sprzedawać więcej samochodów? Zarabiać więcej pieniędzy? Ale jak?

—Jesteście całkowicie odpowiedzialni za wszystko — twierdzi doktor Hew Len. — Wszystko jest w was. Bez wyjątków. Musicie się oczyszczać, bo to samo nie zniknie.

Oczyszczać się z terroryzmu?

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

Oczyszczać się z problemów gospodarczych?

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

Oczyszczać się z......................(wpisz dowolny problem)?

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

Jak mówi doktor Hew Len:, Jeśli czegoś doświadczasz, Twoim obowiązkiem jest się oczyścić".

Gdy robię sobie przerwę i dzwonię do domu, żeby się dowiedzieć, co słychać u Nerissy i naszych zwierzaków, moja żona zaskakuje mnie, wyznając, że cały dzień przygotowywała niespodziankę dla mnie. Wiedziałem, że ma dużo rzeczy do zrobienia. Nie sądziłem, że znajdzie jeszcze czas dla mnie.

— Co to jest?

— Duża niespodzianka.

— Powiedz mi.

— Nigdy nie zgadniesz, nawet za milion lat.

— Nie każ mi zgadywać. Nie będę żył tak długo.

Zanim Ci powiem, co to była za niespodzianka, pozwól, że na chwilę cofnę się w czasie. Nerissa była ostatnio bardzo zestresowana, ponieważ prowadziła wiele różnych projektów jednocześnie. Wciąż za czymś goniła. Pracowała nad jednym filmem dla mnie i drugim dla klienta. Udoskonalała program komputerowy, który zamierzała wypromować. Oprócz tego zajmowała się domem i naszymi zwierzakami, gdy mnie nie było. Nie miała czasu, żeby zaplanować sobie dzień, nie mówiąc już o koordynowaniu licznych projektów. Możesz więc wyobrazić sobie moje zdziwienie, gdy usłyszałem:

— Wyjęłam wszystko z twojej szafy ubraniowej i zrobiłam w niej porządek.

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

Oniemiałem. Uporządkowanie mojej szafy nie znajdowało się na jej liście zadań, ani nawet na mojej.

— Wyjęłam wszystkie twoje ubrania, rozmontowałam półki, wsta wiłam nowe, potem z powrotem powiesiłam wszystkie rzeczy, a te, które leżały na kupce, włożyłam na wieszaki. Na końcu posprzątałam wszystko, co leżało na podłodze.

Byłem zszokowany. Równie dobrze mogła powiedzieć, że wystawiła dla mnie czek na pięć milionów dolarów. To było niewiarygodne.

— Co sprawiło, że się za to zabrałaś? — zapytałem.

— Chciałam to zrobić już od jakiegoś czasu — odpowiedziała. Chciała to zrobić? Może i tak. Ale nie miała czasu. Dla mnie to

było jak grom z jasnego nieba.

Doktor Hew Len twierdzi, że gdy oczyszczamy umysł ze wspomnień, w nagrodę dostajemy inspirację. Najwyraźniej Nerissa poczuła inspirację, żeby wysprzątać moją szafę. Ta metafora to dowód na to, że wewnętrzne oczyszczanie przynosi zewnętrzne, namacalne rezultaty.

Nie możemy sami ustalać, jaki efekt chcemy osiągnąć.

My wybieramy, lecz nie do nas należy decyzja.

Później spotkałem się z doktorem Hew Len w jego pokoju motelowym. Dyskutowaliśmy ze sobą jak mistrz z uczniem. Jedyna różnica polegała na tym, że to ja byłem traktowany jak mistrz. —Josephie, jesteś jedną z oryginalnych dziesiątek Boga.

— Naprawdę?

Jego słowa pochlebiły mi, choć przyznaję, że nie miałem pojęcia, o czym mówi.

— Przybyłeś tu po to, żeby pomagać ludziom obudzić w sobie Boską Moc — wyjaśnił. — Piszesz hipnotyczne teksty. To jest twój dar. Ale to nie wszystko.

— Nie wszystko?

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

—Jesteś facetem na „J" w biznesie — powiedział. — Wiesz, co to znaczy?

Przyznałem, że nie mam pojęcia.

—Jesteś Jezusem biznesu — wyjaśnił. — Człowiekiem, który zapoczątkuje zmianę.

Słuchając tego, pomyślałem, że lepiej będzie zachować tę rozmowę dla siebie. Nikt mi w to nie uwierzy. Nawet ja sam nie wierzyłem.

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

— Gdy byłem z Morrnah — nawiązał do chwil spędzonych z kahuna, która nauczyła go zaktualizowanej formy Ho'oponopono — przez pierwsze pięć lat uważałem, że to wariatka. Jednak któregoś dnia ta myśl zniknęła.

Styl doktora Hew Len jest rozwlekły, poetycki i pełen wizji. Mam wrażenie, że używa on obu półkul mózgowych jednocześnie, podczas gdy większość ludzi korzysta głównie tylko z jednej — prawej lub

lewej. Najpierw mówi mi, że jestem zbawcą biznesu, a zaraz potem gładko przechodzi do opowieści o Morrnah. To działa hipnotycznie. Byłem zafascynowany. Chciałem usłyszeć więcej.

— Masz na głowie wieniec, Josephie — powiedział, jakby widział coś, czego ja nie potrafię dostrzec ani poczuć. —Jest zrobiony z sym boli wytłaczanych na pieniądzach, takich jak orły.

Z jakiegoś powodu poczułem chęć pokazania mu sygnetu, który noszę na palcu. Jest to solidny złoty pierścień ze starożytnego Rzymu, mający dwa i pół tysiąca lat. Doktor Hew Len wyciągnął rękę, a ja położyłem mu sygnet na dłoni.

— Słowo wyryte na tym pierścieniu, *Fidem,* to wiara po łacinie — wyjaśniłem.

Doktor Hew Len w milczeniu oddał mi sygnet. Wyglądał, jakby odbierał jakieś obrazy albo wrażenia. Myślę, że próbował „dostroić się" do pierścienia.

— W poprzednim życiu byłeś wspaniałym mówcą — powie dział. — Ale zostałeś zaatakowany i zamordowany. Ten pierścień leczy to wspomnienie za ciebie.

Interesujące. Wiele razy miałem takie odczucie, że w przeszłości byłem legendarnym oratorem, ale zostałem zamordowany i dlatego teraz boję się przemawiać publicznie. Sądziłem, że ta myśl została wywołana przez moje ego, a nie przez to, kim rzeczywiście byłem w poprzednim wcieleniu. W jakiś sposób doktor Hew Len, trzymając w dłoni mój pierścień, poczuł to wspomnienie.

— Rzadko go noszę — przyznałem.

— Noś *go* zawsze — nakazał. Nadal wpatrywał się w sygnet.

— To niesamowite — powiedział. — Ten pierścień był noszony przez uzdrowiciela, który znał wartość „Poznania samego siebie".

Byłem zafascynowany. Doktor Hew Len wytworzył wokół siebie aurę spokojnego oceanu, którego nie dotykają burze rzeczywistości. Świat wirował dookoła, lecz on stał nieruchomo. To, co mówił, płynęło z jego serca. Akceptował wszystko, co stawało na jego drodze i co mówili inni. Doktor Hew Len spojrzał na moje stopy.

— Mój Boże, Josephie, powinienem siedzieć u twoich stóp — powiedział, szczerze poruszony tym, co we mnie zobaczył (cokolwiek to było). —Jesteś jak bogowie.

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

—Jesteście tu tylko po to, żeby się oczyszczać — przypomniał mi oraz wszystkim pozostałym uczestnikom weekendowego szkolenia. — Oczyszczajcie się ciągle, nieustannie. Wymazujcie wspomnienia, żebyście mogli usłyszeć, jak Boska Moc inspiruje was do działania. Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

W trakcie szkolenia zdałem sobie sprawę, że pisząc jedną z moich poprzednich książek, regularnie się oczyszczałem. Pokochałem *Moc Przyciągania,* która stała się bestsellerem numer jeden. Jednak w przypadku innej mojej książki, *Co minutę rodzi się klient,* nie spędziłem tyle czasu na wyrażaniu miłości wobec niej. Książka ta cieszyła się mniejszym zainteresowaniem. Kiedy to sobie uświadomiłem, poczułem ciarki na plecach. To dlatego nie osiągnąłem takiego sukcesu, jak w przypadku innych książek.

Podczas pierwszego szkolenia dowiedziałem się, że pomocna w oczyszczaniu może okazać się gumka do mazania zamocowana na końcówce ołówka. Wystarczy, że dotknę daną rzecz tą gumką. To wszystko. Gumka symbolizuje oczyszczanie się ze wspomnień (a może rzeczywiście ma takie działanie?). Wyjąłem egzemplarz mojej najnowszej wówczas książki, *Zagubiony podręcznik życia,* i położyłem na nim ołówek Przez kilka miesięcy codziennie dotykałem go gumką do mazania. Zawsze, gdy przechodziłem obok tej książki, przystawałem, brałem do ręki ołówek i stukałem gumką o okładkę. Możesz nazwać mnie szaleńcem. Jednak ten psychologiczny czynnik pomagał mi oczyścić się ze wspomnień otaczających tę książkę. Dzięki temu od razu stała się bestsellerem i przez cztery dni utrzymywała się na pierwszym miejscu. Duże firmy kupiły tysiące egzemplarzy tej książki. Wal-Mart umieścił ją w swojej ofercie. Czasopismo „Woman's Day" poświęciło jej cały artykuł.

Jednak w przypadku książki *Co minutę rodzi się klient* nie dokonałem żadnego oczyszczania. Po wejściu na rynek trafiła na listę bestsellerów, ale nie dotarła do pierwszej dziesiątki. Przygotowałem wydarzenie, które miało zwrócić uwagę mediów na poją nową książkę. Niektórzy wyrazili zainteresowanie, ale nie przełożyło się to na natychmiastową sprzedaż. Opowiedziałem o tym doktorowi Hew Len.

— Wyobraź sobie, że zanurzasz książkę w szklance wody, w któ rej znajdują się owoce — doradził. — Wiem, że to szaleństwo. Ale zapamiętaj sobie dzisiejszą datę, włóż książkę do wody i zobacz, co się stanie.

Potem zaskoczył mnie, zadając pytanie o Oprah Winfrey.

— Chciałbyś wystąpić w jej programie?

Wyjąkałem, że tak— kiedyś. Wtedy jeszcze nawet nie wystąpiłem u *Larry'ego Kinga,* więc udział w programie Oprhy wydawał mi się czymś nieosiągalnym.

— Musisz się oczyszczać, żebyś się nie udławił — poradził. Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

— Było u niej dwóch pisarzy i obaj się zadławili — wyjaśnił.

— Nie chciałbym, żeby ze mną też tak się stało — powiedziałem. —Jeżeli wystąpisz u Oprhy, to dlatego, że ona będzie tego chciała, a nie ty.

— To wnikliwa uwaga — stwierdziłem.

— Nie łudź się, że ludzie robią coś dla ciebie. Oni myślą tylko o sobie. Tobie pozostaje się oczyszczać.

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.

Zanim pożegnałem się z doktorem Hew Len, zapytałem go o czasy, które spędził jako psycholog na oddziale dla chorych psychicznie przestępców.

— Chcę, żebyś coś zrozumiał — powiedział. — To nie było łatwe i nie dokonałem tego sam.

I znów pozostawił mnie z pytaniami bez odpowiedzi. Oczyszczać się. Oczyszczać.

Oczyszczać.

Mam wrażenie, że każdy, kto stosuje Ho'oponopono ma do opowiedzenia jakąś hipnotyczną historię. Na przykład taką:

*Drogi doktorze Hew Len*

*Niedawno uczestniczyłem w szkoleniu Ho'oponopono zorganizowanym w Filadelfii. Pragnę Panu z głębi serca podziękować za pokazanie mi drogi do Domu. Jestem dozgonnie wdzięczna Boskiej Mocy, Panu oraz wszystkim dzieciom, które pomogły Panu poprowadzić to szkolenie.*

*Chciałabym podzielić się z Panem historią, którą przeżyłam niedługo po udziale w Pańskich warsztatach. To niezbity dowód na skuteczność Ho'oponopono dla wszystkich tych, którzy wątpią w tą metodę. Jeżeli będzie Pan chciał opowiedzieć ją innym ludziom, nie mam nic przeciwko. Jeśli zaś uzna Pan ją za niewartą uwagi, proszę pominąć następne akapity i potraktować mój list jako wyraz wdzięczności.*

*Serdecznie dziękuję wszystkim.*

*Niech Bóg otoczy Was opieką i pokojem i da Wam mądrość, zdrowie oraz długie życie; oczyszczajcie się i odnajdźcie własną drogę do Domu.*

*Dużo, dużo miłości i błogosławieństwa*

*Dana Hayne*

*Świadectwo ze szkolenia Ho'oponopono w Filadelfii*

*Doktor Hew Len rozpoczął warsztaty od wykładu, w trakcie którego pokazał nam kilka rysunków. Wyłożył nam kosmologię Ho'oponopono. Zapytał: „Kim jesteście? Co wiecie?". Razem zbadaliśmy niewiarygodną, wieczną, nieograniczoną, zupełną, całkowitą, pustą rzeczywistość zerową naszego prawdziwego Ja, z której emanuje błogi spokój. Nazwał ją „Domem". Potem porozmawialiśmy o naturze problemu. „Czy zauważyliście kiedyś", zapytał, „że zawsze tam, gdzie jest problem, wy również jesteście? Czy to was nie zastanawia?". Niczym stary Sokrates pobudzał nas do myślenia, zachęcając do stawiania pytań i szukania odpowiedzi. Nie wiedziałam wtedy, że w ten sposób doktor Hew Len sprytnie ekshumował nasze ukryte wspomnienia i oceny dotyczące oczyszczania i transformacji.*

*Dałam się schwytać w tę sieć; podnosiłam rękę, zadawalam pytania i formułowałam komentarze. Jednak po paru dniach zaczęłam odnosić wrażenie, że doktor Hew Len traktował mnie z góry za każdym razem, gdy próbowałam go o cos' zapytać. Każda jego odpowiedź wywoływała rumieniec wstydu na mojej twarzy; czułam się publicznie upokorzona.*

*W niedzielę rano byłam tak zła na doktora Hew Len, że chciałam wyjść z zajęć. Uważałam, że jest arogancki, ma manię kontroli i zawsze chce dominować nad ludźmi. Siedziałam na krześle, z trudem tłumiąc gniew i powstrzymując łzy.*

*Byłam taka zła, że chciałam opuścić salę. Nie podjąwszy jeszcze ostatecznej decyzji, wstałam i poszłam do łazienki. Bałam się, że rozpłaczę się przy wszystkich. Usiadłam w cuchnącej amoniakiem kabinie i poczułam, że mój gniew przeradza się w prawdziwą wściekłość. Miałam ochotę kogoś zamordować. Jakaś część mnie pragnęła podsycać to uczucie. Jednak w pewnej chwili poczułam silną potrzebę powiedzenia słów: „Wybacz mi. Wybacz mi. Kocham Cię".*

*Powtarzałam te frazy mimo narastającej wściekłości. Nagle zdałam sobie sprawę, że to nie jest nowe uczucie — tę samą złości niechęć do samej siebie czułam wtedy, gdy mój mąż wywyższał się nade mną albo gdy jego matka upierała się przy swojej racji. A ona potrafiła, oj, potrafiła obrócić kota ogonem, skutecznie wywołując zmieszanie u rozmówcy.*

*Wtedy zrozumiałam. Aha! To o to chodzi! Moim problemem jest stare wspomnienie, przysłowiowa belka w moim oku, którą rzucam prosto w serca innych ludzi. Ten ostry miecz wspomnienia służy mi do zabijania ludzi, którzy żyją w mojej teraźniejszości — doktora Hew Len, mamę, męża, Busha, Saddama Husseina i wszystkich innych, których za coś obwiniam.*

*Nie opuściłam zajęć. Wróciłam do sali konferencyjnej, a błogi spokój towarzyszył mi do końca dnia. Wciąż powtarzałam w myślach: „Przepraszam. Wybacz mi, proszę. Dziękuję. Kocham Cię". Gdy doktor Hew Len zadawał pytania publiczności, czułam do niego tylko miłość; poprzednie uczucia całkowicie minęły. A on przecież wciąż*

*zachowywał się tak samo. To coś we mnie się zmieniło.*

*Niedługo po tym, jak wróciłam do sali, doktor Hew Len opowiedział o tym, jak po raz pierwszy zetknął się z Ho'oponopono. Wziął udział w szkoleniu, tak jak my. Okazało się, że wyszedł z sali nie raz, lecz trzy razy, za każdym razem posądzając instruktora o „szaleństwo" i tracąc wpłacone pieniądze. Czy on czytał w moich myślach? Czy wiedział, że prawie wyszłam z zajęć, bo uznałam go za wariata?*

*W trakcie następnej przerwy ostrożnie podeszłam do doktora Hew Len. Z miłością i czułością powiedział, że nagłe w jego głowie pojawiło się dawne wspomnienie męskiej dominacji. Wyjaśnił, że jest ono bardzo powszechne, a jego wymazanie, wymaga dużej wytrwałości i zaangażowania. Dopiero, gdy wróciłam do domu, poczułam głębię uzdrawiania, którym doktor objął mnie podczas zajęć.*

*W trakcie szkolenia doktor Hew Len dał nam narzędzia wspomagające transformację — narzędzia, które stoją w całkowitej sprzeczności z intelektualizmem. Nie licząc na efekty, posłusznie wzięłam do ręku długopis, powiedziałam: „Kropla rosy" i wystukałam trzy słowa reprezentujące moje problemy, które wcześniej napisałam na kartce: „komputer", „syn" i „mąż". I tu znów zdarzyło się to samo: nie poczułam potęgi tych słów, dopóki nie wróciłam do domu.*

*Po powrocie mój mąż i syn powitali mnie radośnie. Szczerząc zęby w uśmiechu, powiedzieli: „Zgadnij, co kupiliśmy, jak ciebie nie było?". „Nowy komputer?", zapytałam. Od jakiegoś czasu mieliśmy problemy z komputerem, który nie chciał działać mimo godzin (nie przesadzam) spędzonych na próbach naprawienia usterki przez wielu informatyków. W końcu na serio zaczęłam zastanawiać się, czy w komputerze nie zadomowił się jakiś złośliwy stworek, może dżin albo duch. Problemy z komputerem wywołały nerwową atmosferę w domu i przyczyniły się do wielu niepotrzebnych kłótni. Nie obchodził mnie komputer. Po prostu pragnęłam harmonii.*

*Byłam nieco zdziwiona, gdy obaj potwierdzili — tak, kupili nowy komputer. Poprzedniego wieczoru uzgodnili, że nowy, 64-bitowy procesor kupią za pol roku. Kazali mi zgadnąć, jakiej marki. Zaczęłam wymieniać: Dell, Hewlett-Packard, Sony, Gateway, Compact itd. Podałam chyba każdą istniejącą markę. „Nie, nie, nie", odpowiadali na każdą propozycję. „Poddaję się!", krzyknęłam w końcu.*

*Moj mąż, z którym jestem już od trzydziestu łat, jest człowiekiem bardzo zdecydowanym. Ma żelazną wolę, która przeradza się w fantastyczną determinację, jeśli używa jej świadomie. Jednak nieświadomie ta determinacja przybiera postać uporu, którego nic nie jest w stanie złamać. Mąż jest zagorzałym zwolennikiem komputerów typu PC i nic — naprawdę nic — nie jest w stanie wpłynąć na zmianę tego stanowiska. Kiedy więc obaj wykrzyknęli:, „Apple!", dosłownie ścięło mnie z nogi. Ja zawsze obstawałam przy Apple, jednak w naszym domu panował zakaz kupowania komputerów tej marki (równie dobrze mogłabym przekonywać ortodoksyjnego Żyda do potraw z wieprzowiny).*

*Dla niektórych to wydarzenie może się wydawać mało znaczące. Proszę nie zapominać o jednym: jestem mężatką od 30 lat. Przez ten czas oboje przeżyliśmy wiele wzlotów i. upadków, starając się osiągnąć cel, który razem sobie wyznaczyliśmy: jedność i równość. Ten, wydawałoby się, mało istotny wybór komputera oznaczał „złożenie broni", widoczne tylko dla tych, którzy uczestniczyli w walce. Powiem tak: gdyby ktoś powiedział mi, że Chiny podarowały wolność Tybetowi, byłabym nie mniej zdziwiona.*

[1] Komputery osobiste można podzielić na dwa rodzaje: Apple Macintosh oraz komputery klasy PC. Te pierwsze są bardzo popularne w Stanach Zjednoczonych, natomiast w Polsce zdecydowanie dominują „pecety" —*przyp. tłum.*

*Przypomniałam sobie, jak w myślach podniosłam ołówek, powiedziałam: „Kropla rosy" i zaczęłam wystukiwać słowa „mąż", „komputer" i „syn". Czy to możliwe, że w tak szybki i bezbolesny sposób rozwiązałam trzydziestoletni konflikt? Czy powtarzanie fraz „Wybacz mi", „Dziękuję" i „Kocham Cię" może poprawić moje nienajlepsze relacje z autorytetami, takimi jak matka, firma telekomunikacyjna i mój mąż? Wiem jedno: od warsztatów z doktorem Hew Len minęły dwa tygodnie. Codziennie praktykuję to, czego się tam nauczyłam, z religijną wręcz gorliwością. Mój syn wyzdrowiał z przewlekłej choroby, a mąż wreszcie rozmawia ze mną na tematy, których dotychczas unikaliśmy, bo były zbyt drażliwe. A wczoraj powiedział mi: „Wiesz, kochanie, jeśli chcesz, to mogę ci kupić jeden z tych małych laptopów, żebyś miała go tylko dla siebie".*



# Sceptyczne umysły chcą wiedzieć

*Celem życia jest powrót do Miłości, chwila po chwili. Aby go zrealizować, człowiek musi pogodzić się z faktem, że jest całkowicie odpowiedzialny za to, jak wygląda jego życie. Musi zrozumieć, że to jego własne myśli kreują każdy moment jego życia. Problemem nie są ludzie, miejsca i sytuacje, lecz myśli o nich. Człowiek musi zdać sobie sprawę z tego, że nie ma żadnego „tam".*

— dr Ihaleakala Hew Len

Jak wspomniałem wcześniej w tej książce, kiedyś napisałem artykuł pod tytułem „Najbardziej niezwykły terapeuta na świecie" i zamieściłem go na swoim blogu. Dodałem go również do tekstów na mojej głównej stronie www. mrfire. com. Oprócz tego, mój artykuł został wydany w książce Davida Riklana *101 Great Ways to Improue Your Life.* Zdobył on największą popularność ze wszystkich artykułów, które kiedykolwiek napisałem. Ludzie cytowali go na forach internetowych, przesyłali dalej do znajomych, wysyłali do odbiorców z prywatnych i publicznych list adresowych itd. Najwyraźniej mój komunikat zainspirował wiele osób. To właśnie ten artykuł przyciągnął uwagę mojego wydawcy John Wiley & Sons i stał się przyczynkiem do napisania tej książki.

Jednak nie wszyscy byli nim zachwyceni. Część ludzi nie mogła uwierzyć, że ktokolwiek nawet psycholog, mógł wyleczyć psychicznie chorych przestępców trzymanych w szpitalu. Jedna z tych osób napisała do doktora Hew Len, żądając dowodu. Chciała poznać fakty na temat pracy doktora Hew Len w szpitalu psychiatrycznym. Szczerze mówiąc, ja też. Oto szczegółowa odpowiedź doktora na jej list:

Moja historia, jak wiele innych, wymaga wyjaśnienia. Prawdą jest, że:

1. Przez kilka lat odbywałem płatny staż w Hawajskim Szpitalu Stanowym jako psycholog na wydziale psychiatrycznym prowadzonym przez Hawajski Stanowy Wydział Zdrowia.
2. W latach 1984 - 1987 przez 20 godzin w tygodniu pracowałem na stanowisku psychologa w jednostce o zaostrzonych środkach bezpieczeństwa, w której trzymano pacjentów z wyrokami za zabójstwo, gwałt, zażywanie narkotyków lub czynną napaść.
3. Gdy zacząłem pracować w tej jednostce, wszystkie izolatki byty zajęte przez szczególnie brutalnych przestępców.
4. Każdego dnia co najmniej kilku pacjentom w jednostce zakładano na nadgarstkach i kostkach metalowe kajdanki ograniczające swobodę ruchów, zapobiegając w ten sposób ich ewentualnym atakom.
5. W mojej jednostce napaści pacjentów na personel i akty przemocy między pacjentami należały do codzienności.
6. Pacjenci nie byli zaangażowani w proces własnej rehabilitacji i leczenia.
7. W jednostce nie organizowano żadnych zajęć rehabilitacyjnych.
8. Nie było również żadnych zajęć rekreacyjnych ani zbiorowych prac poza jednostką.
9. Odwiedziny członków rodziny zdarzały się wyjątkowo rzadko.
10. Żaden pacjent nie mógł opuścić strzeżonej jednostki bez pozwolenia psychiatry, a jeśli już je uzyskał, to musiał mieć kajdanki na nadgarstkach i kostkach.
11. Przeciętny pobyt pacjenta w jednostce trwał kilka lat, przy czym koszt utrzymania wynosił około 30 tysięcy dolarów rocznie.
12. Pracownicy oddziału bardzo często brali urlopy chorobowe.
13. Budynek jednostki był nieco podupadły i miał szary, ponury kolor.
14. Pracownikami oddziału byli wspaniali, troskliwi ludzie.
15. Warunki, które tutaj opisałem, są prawdopodobnie typowe dla większości oddziałów psychiatrycznych w szpitalach w całym kraju.

Gdy opuściłem szpital w lipcu 1987 roku:

1. Nie zamykano już pacjentów w izolatkach.
2. Nie stosowano środków ograniczających swobodę ruchów.
3. Do aktów przemocy dochodziło bardzo rzadko, zazwyczaj ze strony nowych pacjentów.
4. Pacjenci brali czynny udział we własnym procesie leczenia. Przed opuszczeniem jednostki i szpitala udzielano im porad dotyczących pracy, zamieszkania oraz rozmaitych kwestii prawnych.
5. Pacjenci uczestniczyli w zajęciach organizowanych poza budynkiem szpitala, takich jak bieganie czy tenis. Opuszczenie jednostki nie wymagało zgody psychiatry, a pacjenci nie musieli mieć kajdanek na kostkach i nadgarstkach.
6. Pacjenci wykonywali rozmaite prace poza terenem szpitala (na przykład mycie samochodów), które nie wymagały zgody psychiatry ani noszenia kajdanek.
7. Zaczęto również organizować dla nich prace na terenie szpitala, takie jak pieczenie ciastek lub polerowanie butów.
8. Pacjentów coraz częściej zaczęli odwiedzać członkowie ich rodzin.
9. Zniknął problem ciągłych urlopów chorobowych wśród pracowników jednostki.
10. Wygląd budynku znacznie się poprawił dzięki nowej kolorystyce i zwiększonej dbałości o jego utrzymanie.

11. Pracownicy oddziału w większym stopniu zaczęli wspierać pacjentów i utwierdzać ich w przekonaniu, że są w stu procentach odpowiedzialni za własne życie.

12. Średni czas pobytu pacjenta w szpitalu znacznie się skrócił — do kilku miesięcy.

13. Jakość życia zarówno pacjentów, jak i pracowników oddziału uległa znaczącej poprawie. Ludzie *zaczęli troszczyć* się o siebie nawzajem.

Co zrobiłem ze swojej strony, jako psycholog zatrudniony na oddziale? Praktykowałem metodę Tożsamość poprzez Ho'oponopono, będącą niekończącym się procesem skruchy, wybaczania i przeobrażania wszystkiego, co działo się we mnie, a co odbierałem świadomie i podświadomie jako problemy *przed, w trakcie* i *po* opuszczeniu jednostki.

Nie przeprowadziłem indywidualnej terapii z żadnym z pacjentów jednostki.

Nie uczestniczyłem w zebraniach personelu, na których omawiano stan poszczególnych pacjentów. Wziąłem na siebie całkowitą odpowiedzialność, aby oczyścić się z tego, co wywołało problemy w mojej pracy na stanowisku psychologa szpitalnego.

Zostałem stworzony przez JA JESTEM; jestem doskonały, tak samo jak wszystko i wszyscy inni. To, co jest niedoskonałe, to g _ _ o — wspomnienia, które powracają w formie ocen, uraz, żalu, irytacji i Bóg wie, jakich jeszcze pierdoł, które przechowujemy w naszych Duszach.
*www. businessbyyou. com*
Pokój od „Ja"
Doktor Ihaleakaia Hew Len, Prezes honorowy
The Foundation of I, Inc. Freedom of the Cosmos
www. hooponopono. org

Mimo że wciąż do końca nie rozumiałem, czym jest ho'opono-pono, czasami opowiadałem o tej metodzie innym, gdy czułem, że są otwarci na nową wiedzę. Oczywiście, ich otwartość była odzwierciedleniem tego, co się działo we mnie, a nie w nich. Im bardziej się oczyszczałem, tym bardziej oczyszczeni byli ludzie wokół mnie. To fakt, który trudno zaakceptować. Dużo łatwiej jest próbować zmienić to, co poza nami niż to, co się dzieje w naszym wnętrzu.

Gdy byliśmy na Maui, agent nieruchomości przewiózł nas po okolicy, żebyśmy obejrzeli sobie domy. W trakcie tej przejażdżki rozmawialiśmy o uzdrawianiu, duchowości, rozwoju osobistym oraz filmie *The Secret.* Dyskusja była bardzo interesująca, jednak w pewnym momencie zdarzyło się coś, co okazało się dla mnie cenną nauczką.

Agent nieruchomości znał mój słynny artykuł o doktorze Hew Len i hawajskiej metodzie uzdrawiania ho'oponopono, za pomocą której uleczył cały oddział psychicznie chorych przestępców.

Podobnie jak wielu innych ludzi, uzna! go za bardzo inspirujący.

I podobnie jak wielu innych ludzi, nie do końca go zrozumiał.

Obwożąc nas po cudownej wyspie Maui, agent żalił się, że nie może sprzedać pewnego domu. Kupiec i sprzedawca kłócili się o warunki sprzedaży, wywołując atmosferę złości i rozżalenia. Przez ich sprzeczki transakcja stanęła w martwym punkcie i nic nie zapowiadało jej bliskiego zakończenia. Agent nieruchomości był sfrustrowany całą tą sytuacją.

Słuchając jego opowieści, poczułem nagłą chęć odezwania się.

— Chciałby pan się dowiedzieć, w jaki sposób doktor Hew Len rozwiązałby tę sytuację przy użyciu ho'oponopono?

— Tak! — wykrzyknął agent nieruchomości, wyraźnie zaciekawiony. — Bardzo mnie to interesuje. Proszę mi powiedzieć.

— To będzie niezłe — skomentowała Nerissa.

— Cóż, nie jestem doktorem Hew Len — zacząłem, — ale szkoliłem się bezpośrednio u niego, a teraz piszę o nim książkę. Dlatego sądzę, że wiem, w jaki sposób rozwiązałby pański problem.

— Proszę mi powiedzieć!

— Na pana miejscu doktor Hew Len zajrzałby w głąb siebie i zastanowił się, co takiego *w nim* spowodowało zaistniałą sytuację — wyjaśniłem. Gdy pracował w szpitalu psychiatrycznym, przeglądał karty swoich pacjentów. Bez względu na to, czy opisane tam historie wywoływały w nim wstręt, czy inne odczucia, nie zajmował się żadnym pacjentem bezpośrednio. Koncentrował się na uczuciach, których *sam* doświadczał. Oczyszczając się z tego, co jest w nim złe, sprawiał, że *oni* również zaczęli się oczyszczać, co przyczyniło się do ich uzdrowienia.

— Podoba mi się to — powiedział agent nieruchomości.

— Większość ludzi nie ma pojęcia, czym jest odpowiedzialność — kontynuowałem. — Nie wiedzą, że wina leży po ich stronie. Im bardziej się rozwijają i im większa jest ich świadomość, tym bardziej zaczynają rozumieć, że są odpowiedzialni za to, co mówią i robią. A potem zdają sobie sprawę, że tak naprawdę są odpowiedzialni za to, co mówią i robią *wszyscy ludzie,* ponieważ oni są częścią ich życia. Każdy kreuje własną rzeczywistość, nawet te jej elementy, których nie lubi.

Mój rozmówca uśmiechał się i potakująco kiwał głową.

— Nie ma znaczenia, co w tej sytuacji robi kupiec lub sprzedawca — powiedziałem. —Ważne jest to, *co pan* zrobi. Doktor Hew Len po prostu powtarza słowa „Kocham Cię", „Przepraszam", „Wybacz mi" i „Dziękuję". Nie mówi ich do drugiej osoby, lecz kieruje je do Boskiej Mocy. Chodzi o to, żeby oczyścić wspólną energię.

— Tak zrobię! — zadeklarował agent.

— Tylko proszę nie koncentrować się na tym, żeby osiągnąć konkretny cel — zaznaczyłem. — Pana zadaniem jest oczyszczenie wspólnej energii, tak aby nikt już więcej jej nie doświadczył. Oczyszczanie to proces, który nigdy się nie kończy.

Agent nieruchomości miał szeroko otwarte oczy i promienny uśmiech na twarzy. Chyba zrozumiał moje słowa.

—Jeżeli jakaś sprawa dociera do pańskiej świadomości — kontynuowałem — pana zadaniem jest oczyścić się i uzdrowić. A zatem, skoro opowiedział pan mi o kłótni między kupcem a sprzedawcą, teraz ja muszę się z tego oczyścić. Ta historia stała się częścią mojego życia. Wiem, że sam kreuję to, czego doświadczam, dlatego czuję się za to odpowiedzialny.

Nasza przejażdżka po Maui trwała dalej, a agent nieruchomości w milczeniu rozważał to, co mu przed chwilą powiedziałem.

Kilka dni później dostałem od niego e-mail. Wyznał w nim, że regularnie stosuje metodę doktora Hew Len.

Tak właśnie to działa.

Wszystko zawdzięczamy miłości.

Wszystko trwa.

A my jesteśmy za to całkowicie odpowiedzialni.

Kiedyś zorganizowałem seminarium *Sekret pieniędzy (The Secret oj Money)* razem z Mindy Hurt, która prowadzi kościół Unity Church w Wimberley w Teksasie. Jednym z jego punktów była nauka metody oczyszczania ho'oponopono. Po zakończeniu tej części jeden z uczestników podszedł do mnie i powiedział:

— Mam trudności z mówieniem słów „Przepraszam" i „Wybacz mi".

— Dlaczego? — zapytałem.

Nigdy nie słyszałem o takim problemie. Byłem zaintrygowany.

— Nie chce mi się wierzyć, że miłościwy Bóg albo Boska Moc potrzebują, żebym prosił ich o wybaczenie — wyjaśnił. — Nie wydaje mi się, żeby musieli mi cokolwiek wybaczać.

Teraz już wiem, że moja odpowiedź powinna brzmieć:

— Nie mówisz tych słów po to, żeby otrzymać wybaczenie od Boskiej Mocy; mówisz je po to, żeby się oczyścić. Kierujesz to wyzna nie *do* Boskiej mocy, ale jego celem jest *twoje* oczyszczenie.

Inaczej mówiąc, Boska Moc już teraz otacza Cię miłością. Zawsze to robiła i nigdy nie przestanie. W Stanie Zerowym, w którym nie ma żadnych ograniczeń, można to opisać jako czystą miłość. Ona tam jest — Ty nie. Dlatego mówiąc „Kocham Cię, przepraszam, wybacz mi, dziękuję", oczyszczasz programy *w sobie,* które uniemożliwiają Ci osiągnięcie idealnego stanu: czystej miłości.

Jeszcze raz powtarzam: Boska Moc nie potrzebuje, żebyś stosował ho'oponopono; to *Ty* tego potrzebujesz.

Niedawno otrzymałem chwytający za serce e-mail od bliskiej przyjaciółki. Zapytała mnie w nim:

„Co byś doradził komuś, kto przeczytał Twoją książkę, obejrzał film *The Secret,* czytał codziennie Twój blog — jednym słowem, stara się, jak może, ale mimo wszystko jest biedny, nieszczęśliwy i ponosi same porażki? Mam mnóstwo problemów i ledwie sobie z jakimś poradzę, pojawia się następny. Czy możesz mi jakoś pomóc?".

Czułem jej ból. W końcu sam kiedyś byłem bezdomny. Przez dziesięć lat żyłem w ubóstwie. Mój „nagły sukces" to tak naprawdę efekt *20* lat *starań.* Dobrze wiem, jak to jest, kiedy grunt zapada Ci się pod nogami.

Co można odpowiedzieć takiej osobie?

Kiedyś zaoferowałbym jej różne rozwiązania. Poradziłbym, żeby przeczytała *The Magie o/Believing* Claude'a Bristola. Obejrzała film *The Secret* siedem razy. Napisała scenariusz swojego wymarzonego życia. Zaczęła codziennie medytować. Zastanowiła się, dlaczego sabotuje sama siebie.

Jednak to jest tylko powierzchowne podejście do problemu. Nauczyłem się — a doktor Hew Len to potwierdzi — że ono bardzo rzadko przynosi efekty.

Co więc pozostało?

Jak Ty, ja albo ktokolwiek inny może pomóc komuś, kto ma problemy i cierpi z tego powodu?

Zgodnie z nauką ho'oponopono, jedynym sposobem na naprawienie tej sytuacji jest oczyścić się. Ludzie, którzy przychodzą do mnie ze swoimi problemami — włącznie z osobą, która do mnie napisała — dzielą razem ze mną określony program. Ten program zawładnął ich umysłem niczym wirus. Oni są winni tej sytuacji. Czują się

uwięzieni lub osaczeni. Mogę rzucić im linę, ale większość z niej nie skorzysta, albo co gorsza, użyje jej jako stryczka.

Co w takim razie zrobić?

Jedyne, co mogę zrobić, to oczyścić *samego siebie* — wtedy inni również doznają oczyszczenia. Oczyszczając się z programów, które dzielę z innymi ludźmi, uwalniam od nich całą ludzkość. W tej chwili nic więcej nie robię. Tak jak powiedział doktor Hew Len w naszej pierwszej telefonicznej rozmowie, która odbyła się już tak dawno temu: „Jedyne, co robię, to oczyszczam się, oczyszczam, oczyszczam".

Jedyne, co mogę zrobić, to powiedzieć: „Kocham Cię", „Przepraszam", „Wybacz mi, proszę" i „Dziękuję". Reszta należy do Boskiej Mocy. Uważam, że to jest najlepsze, *co* mogę zrobić dla drugiego człowieka. Robię to nawet teraz, pisząc te słowa.

Weź sobie do serca tę duchową puentę:

Historia kobiety, która do mnie napisała, jest teraz częścią Twojego życia, dlatego teraz Ty musisz się oczyścić. Pamiętaj: kreujesz własną rzeczywistość, a to oznacza, że sam wywołałeś *tę* sytuację, ponieważ w tej chwili należy ona do Twojej rzeczywistości. Proponuję, żebyś użył zwrotu „Kocham Cię", aby ją uzdrowić.

Jeżeli się uleczysz, osoba, która do mnie napisała, poczuje się lepiej. Nie tylko ona; również wszyscy, którzy dzielą z nią ten sam program.



# Wybór nas ogranicza

*Możemy zwracać się do Boskiej Mocy, która zna nasze osobiste plany, z prośbą o uzdrowienie wszystkich myśli i wspomnień, które hamują nas w danym momencie.*

— Morrnah Simeona

W październiku 2006 roku doktor Hew Len przyjechał do Austin i spędził ze mną kilka dni. Gdy odebrałem go z lotniska, od razu zaczął wypytywać mnie o moje życie, Boga, programy, oczyszczanie itd. Zapytał, co porabiam. Odpowiedziałem mu, że robię coś bardzo ekscytującego.

— W jednym filmie bohater mówi: „Niektórzy ludzie obudzili się na świat i żyją w stanie ciągłego zdumienia". Jestem bardzo bliski osiągnięcia tego stanu — powiedziałem. —W moim życiu jest magia, są cuda. Wciąż nie mogę się nim nacieszyć.

— Powiedz mi coś więcej — nalegał.

Opowiedziałem mu o moim nowym samochodzie, który uwielbiam. To Panoz Esperante GTLM, egzotyczny, luksusowy samochód sportowy. Produkuje go rodzina Panoz. Każdy egzemplarz jest ręcznie montowany, na każdym podpisują się ludzie, którzy go składali, i każdy otrzymuje imię. Mój ma na imię Francine. Wiedziałem, że doktor Hew Len poczuje miłość włożoną w montaż tego auta i spodoba mu się to, że jest ono traktowane jak żyjąca osoba. Przecież według niego wszystko żyje.

Pochwaliłem mu się, że wystąpię w programie *Larry King Live,* do którego zostałem zaproszony w związku z udziałem w filmie *The Secreł.* Doktor Hew Len chciał wiedzieć, jaki jest Larry. Opowiedziałem mu. To bezpośredni, przyjazny, mądry człowiek. Polubiłem go.

Potem podzieliłem się radością z sukcesu, jaki odniosły moje książki: *Moc Przyciągania* i *Zagubiony podręcznik życia.* Po kilku minutach rozmowy doktor Hew Len zauważył, że wprost tryskam energią.

— Co się zmieniło w twoim życiu, od kiedy zacząłeś stosować metodę ho'oponopono?

Przez chwilę się zastanawiałem, po czym odparłem:

— Przestałem wszystko kontrolować. Odpuściłem sobie. Jedyne, co robię, to cały czas się oczyszczam. Moją intencją jest osiągnięcie Stanu Zerowego.

Doktor poklepał mnie po ramieniu i uśmiechnął się, jakby chciał mi w ten sposób przekazać, że to, co robię, jest dla mnie najwłaściwsze.

Zaczęliśmy iść w stronę mojego samochodu. Po chwili mój towarzysz zatrzymał się i zmierzył mnie wzrokiem.

— Masz bardzo sprężysty krok — zauważył z podziwem. — Jakbyś miał przyczepione sprężyny do butów.

— *Naprawdę* cieszę się, że cię widzę — odpowiedziałem. Poszliśmy na obiad. W trakcie posiłku wyznałem mu, że moja
książka o P. T. Barnumie *Co minutę rodzi się klient* nie sprzedaje się najlepiej.

Chciałem, żeby odniosła sukces, ale nie rozumiałem, co wspólnego ma z tym miłość.

—Josephie, gdybyś miał troje dzieci i jedno z nich miało problemy z nauką, czy powiedziałbyś mu, że zawiodłeś się na nim?

— Nie — odparłem. I nagle mnie olśniło. Moja książka to moje dziecko, a ja twierdziłem, że jest gorsza od moich pozostałych dzieci. Poczułem to z taką wyrazistością, że prawie rozpłakałem się w restauracji.

— Widzę, że zrozumiałeś, Josephie — powiedział doktor Hew Len. — Musisz kochać wszystkie swoje dzieci.

Było mi wstyd, że potraktowałem jedno z moich „dzieci" gorzej niż inne tylko dlatego, że nie odniosło spektakularnych sukcesów w szkole życia. Poczułem szczery żal. Mając w sercu obraz tej książki, zacząłem powtarzać: „Kocham Cię", „Przepraszam", „Wybacz mi, proszę" i „Dziękuję", kierując moje słowa do Boskiej Mocy. Później, po powrocie do domu, zobaczyłem na stole egzemplarz tej książki. Wziąłem go do ręki, przytuliłem, obdarzyłem czułością i poprosiłem o wybaczenie za to, że nie zaakceptowałem mojej książki taką, jakąjest.

Gdy odwoziłem doktora Hew Len do mojego rodzinnego Wimber-ley, ten powiedział, że zobaczył we mnie elfa.

— Co zobaczyłeś?

— Elfa — powtórzył.

Przyzwyczaiłem się do tego, że doktor widzi rzeczy, których ja nie widzę. On nie nazywał tego zdolnością parapsychologiczną, lecz chłonięciem każdej chwili.

— Elf ma duże oczy i duże uszy. Lubi ciszę i spokój i niechętnie występuje publicznie.

— To prawda, pewna część mnie woli siedzieć w domu i pracować przy komputerze, niż spotykać się z ludźmi.

—Jest jeszcze druga część, która lubi blask jupiterów.

— Można powiedzieć, że dwie trzecie mnie chcą wystąpić w programach Larry'ego Kinga i Oprhy Winfrey — wyznałem. — Jednak pozostała jedna trzecia wolałaby zostać w domu i prowadzić samotniczy tryb życia.

— Twój elf pomoże ci zachować zdrowe zmysły — wyjaśnił doktor Hew Len. — Ludzie, którzy marzą tylko o sławie, w końcu zaczynają wariować. Z kolei ci, dla których najważniejsze jest zacisze

własnego domu, nie robią żadnego pożytku ze swoich talentów. Tobie udaje się utrzymać równowagę.

Wieczorem tego dnia powiedziałem Nerissie, miłości mojego życia, że doktor Hew Len porównał mnie do elfa.

— A jak się nazywa ta część ciebie, która lubi występować na scenie? — zapytała.

— Nie wiem.

Przez chwilę milczała w zastanowieniu, po czym powiedziała:

— Myślę, że nazywa się Duszek.

— Duszek?

— Tak. Określenie „Duszek" zdecydowanie pasuje. Zaśmiałem się. W pełni podzielałem jej zdanie.

Kiedy następnego dnia powiedziałem doktorowi Hew Len, że Nerissa nazwała moje ekstrawertyczne, ja" Duszkiem, zaśmiał się na głos. Jemu również spodobało się to określenie.

— Duszek lubi światło — zaśpiewał.

Dzień po tym, jak doktor Hew Len pojawił się w moich okolicach, pojechałem się z nim spotkać. Gdy dotarłem na miejsce, zobaczyłem go siedzącego w towarzystwie dwóch Meksykanek, które dosłownie spijały mu słowa z ust. Dał mi znak, żebym do nich podszedł. Zamówiłem kawę i skierowałem się do wolnego krzesła stojącego koło doktora. Dał mi znak, żebym na nim nie siadał. Poprosił, żebym usiadł na krześle obok, naprzeciwko dwóch kobiet. - — Opowiedz tym paniom, czym się zajmujesz — zaproponował.

Powiedziałem im o moich książkach, występie w filmie i o tym, jak pomagam ludziom *znaleźć* szczęście.

— Powiedz im, jak sobie radzisz z problemami — powiedział doktor.

— Kiedyś próbowałem rozwiązywać problemy, czy to moje, czy innych ludzi. Dzisiaj pozwalam im istnieć i koncentruję się na oczyszczaniu wspomnień, które je wywołały. Dzięki temu problemy same się rozwiązują, a ja czuję się lepiej.

— Możesz podać jakiś przykład, Josephie?

— Bardzo martwię się o moją siostrę — wyznałem. —Jest na zasiłku, a na domiar złego niedawno ktoś włamał się do jej domu i ukradł jej tożsamość. Jest nieszczęśliwa, a to mnie martwi. Próbowałem jej pomóc, wysyłając jej pieniądze, książki, filmy, a nawet odtwarzacz DVD, na którym może sobie te filmy obejrzeć. Jednak ona nie podejmuje żadnych prób, żeby poprawić swoją sytuację życiową. Teraz już nie staram jej zmienić.

— A co pan robi? — zapytała jedna z kobiet.

— Pracuję nad *sobą* — wyjaśniłem. — Teraz rozumiem, że to, jak wygląda jej życie, nie wynika bezpośrednio z podejmowanych przez nią działań. To program; wspomnienie, które wciąż na nowo odgrywa się w jej głowie. Moja siostra zaplątała się w sieć. Złapała wirusa. Ona nie jest niczemu winna. A ja dzielę z nią ten program, ponieważ czuję i rozumiem jej ból. Muszę się oczyścić. A gdy to mi się uda, ona również uwolni się od tego programu.

— W jaki sposób pan się oczyszcza?

— To bardzo proste: wciąż powtarzam słowa „Kocham Cię", „Przepraszam", „Wybacz mi, proszę" i „Dziękuję".

Doktor Hew Len wyjaśnił, że prosta fraza „Kocham Cię" zawiera trzy elementy, które mogą zmienić dosłownie wszystko. Oznaczają wdzięczność, szacunek i przemianę. Ja wróciłem do mojej opowieści.

— Te frazy to magiczne słowa, które otwierają skomplikowany zamek do drzwi wszechświata. Gdy je recytuję, układają się w wiersz, dzięki czemu mogę otworzyć się na Boską Moc, która mnie oczyszcza i usuwa wszystkie programy uniemożliwiające mi pełne odczuwanie „tu i teraz".

Doktor Hew Len wyznał, że spodobało mu się, jak przedstawiłem metodę oczyszczania ho'oponopono.

—Ja lubię to przyrównywać do złapania wirusa — powiedział. — W naszym otoczeniu funkcjonuje jakiś program, a my go przejmujemy. Jeżeli ktoś ma ten program, a my to zauważymy, to automatycznie go „łapiemy" — doktor zamilkł na chwilę, po czym kontynuował: — Jest bardzo dużo takich programów. Są jak chwasty, które musimy wyrwać, żeby osiągnąć Stan Zerowy. Aby pozbyć się wszelkich ograniczeń, musimy oczyścić się z wielu rzeczy, o których często nawet nie mamy pojęcia.

Kobiety robiły wrażenie, jakby rozumiały nasz dialog, co bardzo mnie zdziwiło. Poruszaliśmy zawiłe kwestie, a one kiwały głową, jakby dokładnie wiedziały, co mamy na myśli. Zacząłem się zastanawiać, czy to możliwe, żeby tak idealnie dostroiły się do wibracji doktora Hew Len, który niczym kamerton wyznaczył ton dla wszystkiego, co znajduje się w zasięgu jego brzmienia.

Rano poszliśmy razem z doktorem Hew Len na spacer. Przeszliśmy pół mili zakurzoną, żwirową ścieżką. Przez jakiś czas towarzyszyła nam sarna. W pewnym momencie zaczęła na nas szczekać cała horda psów, ale my dalej szliśmy i rozmawialiśmy. Nagle doktor Hew Len pomachał do nich ręką w geście błogosławieństwa i powiedział „Kochamy was".

Psy przestały szczekać.

— Wszyscy chcemy, żeby nas kochano — powiedział. — Ty, ja, nawet te psy.

Jeden z psów, mały szczeniak stojący zupełnie z tyłu, wydał stłumiony dźwięk. Miałem wrażenie, że powiedział: „Świetnie" albo „Dzięki".

A może nawet: „Ja też Was kocham"?

Nasze rozmowy zawsze są stymulujące. W trakcie tamtego spaceru doktor Hew Len kompletnie ściął mnie z nóg, twierdząc, że jedynym wyborem, jaki musimy dokonać w życiu, jest to, czy się oczyszczać, czy nie.

— Albo pochodzisz ze wspomnień, albo z inspiracji — wyjaśnił. — To wszystko.

— Zawsze mówię ludziom, że mają wybór: mogą pochodzić z inspiracji lub nie — odparłem. — Mają wolną wolę. Boska Moc wysyła do nas komunikat, a my możemy coś z tym zrobić albo nie. Jeżeli podejmiemy działania, wszystko będzie dobrze. Jeśli nie, możemy mieć problemy.

— Twój wybór dotyczy tego, czy się oczyszczać, czy nie — powiedział. — Jeśli jesteś oczyszczony, to po prostu działasz, gdy nadejdzie inspiracja. Nie zastanawiasz się nad tym. Jeżeli będziesz o tym myślał, zaczniesz porównywać swoją inspirację z czymś innym, a tym czymś będzie wspomnienie. Oczyść swoją pamięć, a nie będziesz miał wyboru. Poczujesz inspirację i natychmiast przejdziesz do działania, nawet o tym nie myśląc. Po prostu to zrobisz.

No, no! To spostrzeżenie naprawdę mną wstrząsnęło. Pisząc i opowiadając o tym, że wybór jest naszą wolną wolą, nie byłem do tego do końca przekonany, a teraz dowiedziałem się, że wolna wola oznacza tkwienie w okowach wspomnień. Gdy znajdujesz się w Stanie Zerowym i nic Cię nie ogranicza, nie robisz nic innego oprócz tego, co jest Ci pisane. To wszystko.

— To tak, jakbyś grał w wielkiej orkiestrze — wyjaśnił doktor Hew Len. — Każdy z nas gra na jakimś instrumencie. I każdy z nich jest inny. Ja mam swój instrument, twoi czytelnicy też. Jeśli chcemy zagrać piękny koncert, musimy trzymać się swoich nut, a nie cudzych. Nie biorąc własnego instrumentu do ręki albo sądząc, że ktoś inny ma lepszy, robimy błąd. Ten błąd to wspomnienia.

Zdałem sobie sprawę, że przy koncercie pracują również maszyniści teatralni, organizatorzy i załoga sprzątająca. Każdy ma swoją rolę.

Pomyślałem o niektórych moich znajomych, którzy wciąż nie wymyślili własnego patentu na sukces. Kilka razy spotkałem się z Jamesem Caanem, słynnym aktorem znanym z roli w filmie *Ojciec Chrzestny,* także z serialu telewizyjnego *Las Vegas.* Jego sława jest zagadką tak samo dla niego, jak dla Ciebie czy dla mnie. Jest wybitnym, legendarnym wręcz aktorem. Jednak nie robi nic ponad to, że jest sobą. Wspaniale odgrywa rolę, jaką mu zapisano w scenariuszu wszechświata.

To samo można by powiedzieć o mnie. Niektórzy ludzie sądzą, że jestem jakimś guru. Ci, którzy widzieli film *The Secret* albo przeczytali moje książki, zwłaszcza *Moc Przyciągania,* sądzą, że złapałem Pana Boga za nogi. Jednak ja po prostu gram swoją partię w koncercie życia.

Jeżeli Ty grasz swoją rolę i ja gram swoją rolę, wszystko na świecie działa prawidłowo. Problemy pojawiają się dopiero wtedy, gdy Ty chcesz być mną albo ja staram się być Tobą.

— Kto ustalił te wszystkie role? — zapytałem doktora Hew Len.

— Boska Moc — odpowiedział. — Zero.

— A kiedy to się stało?

— Na długo przed tym, zanim pojawiliśmy się na ziemi. Jeszcze przed amebą.

— Czy to oznacza, że w ogóle nie ma czegoś takiego jak wolna wola? Każdy ma przypisaną rolę i koniec?

— Masz całkowicie wolną wolę — odpowiedział. — Tworzenie jest czymś tak samo naturalnym jak oddychanie, jednak aby osiągnąć Stan Zerowy, musisz pozbyć się wszystkich wspomnień nagroma dzonych w twojej głowie.

Muszę przyznać, że nie do końca rozumiałem. Wiedziałem tylko, że moim zadaniem jest grać na swoim instrumencie. Jeśli będę to robić, znajdę swoje miejsce w układance życia. Jeżeli jednak zacznę szukać sobie innego miejsca na planszy, nie dopasuję się, a obrazek nigdy nie nabierze właściwych kształtów.

— Twój świadomy umysł będzie starał się to wszystko zrozu mieć — wyjaśnił doktor Hew Len. —Jednak pamiętaj, że może on przyswoić tylko 15 informacji jednocześnie, podczas gdy w każdej chwili bombarduje go 15 milionów różnych informacji. Twój umysł tak naprawdę nie ma pojęcia, co się wokół niego dzieje.

To nie była dobra wiadomość.

Przynajmniej dla mojego świadomego umysłu.

Wspominałem już, że kiedyś zorganizowałem seminarium pod nazwą *Sekret pieniędzy* (ang. *The Secret of Money).*

Powiedziałem wszystkim uczestnikom, że jeśli się oczyszczą, będą mieli pieniądze. Jeżeli cierpią na niedostatek, oznacza to, że nie są oczyszczeni. Powiedziałem o tym doktorowi Hew Len, a on przyznał mi rację.

— Wspomnienia mogą powodować, że brakuje ci pieniędzy. Jeżeli jesteś oczyszczony w kwestii pieniędzy, będziesz je miał. Wszechświat ci je da, jeśli tylko się na to zgodzisz. Wspomnienia przechowywane w pamięci utrudniają ci ich zdobycie.

— Jak mam się oczyścić? — spytałem.

— Powtarzaj słowa „Kocham Cię".

— Mam je mówić do pieniędzy?

— Możesz kochać pieniądze, ale lepiej kieruj te słowa do Boskiej Mocy. Gdy jesteś w Stanie Zerowym, nic cię nie ogranicza, a pie niądze same do ciebie przychodzą. Jeśli jednak koncentrujesz się na wspomnieniach, tkwisz w martwym punkcie. Z pieniędzmi wiąże się wiele różnych wspomnień. Oczyść się z nich, a to samo stanie się z innymi ludźmi.

Poszliśmy do delikatesów i zamówiliśmy kawę. Gdy przyszliśmy, nie było tam prawie nikogo, ale po jakimś czasie zaczęto robić się gwarno. Miejsce pulsowało coraz większą energią.

— Zauważyłeś? — spytał doktor Hew Len.

— Zapanował tu duży gwar — odpowiedziałem. — Ludzie wydają się szczęśliwsi.

— Gdy tu przyszliśmy, przynieśliśmy ze sobą nasze czystsze, ja", a miejsce to poczuło — wyjaśnił.

Opowiedział mi, jak odwiedzał restauracje w Europie. Nieraz zdarzało się tak, że interes szedł słabo, ale po jego wizycie liczba gości rosła. Ta zasada sprawdziła się w wielu miejscach. Kiedyś podszedł do właściciela restauracji i spytał go: „Jeżeli po naszej wizycie interes się poprawi, dostaniemy darmowy posiłek?". Właściciel się zgodził. Od tamtego czasu doktor często dostawał darmowe posiłki za sam fakt pojawienia się w danej restauracji.

Zauważyłem, że doktor Hew Len chętnie rozdaje pieniądze. Poszliśmy do małego sklepu. Doktor kupił tam kilka witraży dla swoich przyjaciół. Gdy przyszło do płacenia, położył na ladzie dwudziesto-dolarowy banknot i powiedział: „A to jest dla pani!". Kobieta spojrzała na niego zdziwiona. Wtedy dodał: „To tylko pieniądze!".

Później, w restauracji, dałem duży napiwek kelnerce. Patrzyła na mnie z rozdziawionymi ustami: „Nie mogę tego przyjąć". „Ależ może pani", odpowiedziałem.

Niedługo potem wpadł na pomysł produktu, na którym mogłem zarobić duże pieniądze.

— Wszechświat nagrodził cię za twoją hojność — zauważył. — Ty dałeś coś od siebie, więc on również cię obdarował. Dał ci tę inspirację. Gdybyś był skąpy, nic byś nie dostał:

A więc to jest ten sekret — klucz do bogactwa!

— My, Amerykanie, zapominamy, że na każdym banknocie dola rowym widnieje napis „W Bogu pokładamy nadzieję" („In God We Trust") — powiedział doktor Hew Len. — Drukujemy go, ale w niego nie wierzymy.

W pewnej chwili zapytał mnie o firmę produkującą suplementy odżywcze, którą założyłem wspólnie z lekarzem i dietetykiem. Opracowaliśmy naturalną formułę obniżającą poziom cholesterolu we krwi, którą nazwaliśmy Cardio Secret http: //www. cardiosecret. com/ Doktor Hew Len konsultował się ze mną jakiś czas temu w sprawie nazwy produktu oraz całej firmy. Był ciekawy, jak nam idzie.

— Na razie wstrzymaliśmy prace — powiedziałem. — Wynają łem prawnika z FDA (Food and Drug Administration ), żeby ocenił naszą stronę internetową i opakowania, w których chcemy sprze dawać suplementy. Czekamy na jego opinię. Ale wyobraź sobie, że pracując nad tym produktem, wpadłem na pomysł czegoś jeszcze lepszego. Nazwałem to Fit-A-Rita.

Wyjaśniłem, że Fit-A-Rita to naturalna mieszanka margarity (zobacz www. fitarita. com ). Wymyśliłem ją podczas spotkania z przyjaciółmi w barze. W tamtym czasie brałem udział w zawodach fitness, dlatego margarita była dla mnie czymś rzadkim i wyjątkowym. Pijąc

[1] Amerykańska agencja rządowa do spraw żywności i leków —*przyp. tłum.*

ten smaczny drink, powiedziałem: „Przydałaby się jakaś margarita dla kulturystów". Już w chwili, gdy wypowiadałem te słowa, wiedziałem, że to dobry pomysł.

— To wspaniale, Josephie — ucieszył się doktor Hew Len. — Nie przywiązałeś się do pierwszego produktu i nie próbowałeś zdobyć niczego na siłę, dlatego Boska Moc obdarowała cię kolejnym pomy słem na biznes. Zbyt wielu ludzi koncentruje się na jednym tylko pomyśle i robi wszystko, żeby sprostał

ich oczekiwaniom. W ten sposób jednak blokują swoją drogę do bogactwa, którego tak pragną. Jestem z ciebie dumny, Josephie.

Oczywiście doktor Hew Len miał rację. Dopóki jestem otwarty na pomysły pochodzące od Boskiej Mocy, nie mogę narzekać na ich brak. Fit-A-Rita to nie wszystko. Niedawno wpadłem na pomysł „mat oczyszczających". Są to specjalne maty, na których kładzie się jedzenie przed jego spożyciem, żeby je oczyścić (zobacz *).* To jeszcze nie koniec. Doktor Hew Len również otrzymał inspirację od Boskiej Mocy.

— Chyba nie ma takiej strony internetowej, która oczyszczałaby ludzi w trakcie, gdy oni po prostu siedzą i ją przeglądają — powie dział. — Stwórzmy taką stronę dla naszej książki. Ludzie, którzy ją odwiedzą, doznają oczyszczenia dzięki mocy, którą natchniemy tę stronę.

I tak właśnie zrobiliśmy. Wejdź na www. zerolimits. inf*o.*

Nie ma żadnych ograniczeń dla liczby pomysłów i sum pieniędzy, które możesz zdobyć, gdy zapomnisz o swoich potrzebach i pozwolisz, żeby inspiracja sama do Ciebie przyszła. Klucz jest zawsze ten sam: oczyszczać się, oczyszczać, oczyszczać.

— Co powinni robić terapeuci w trakcie sesji z klientami? — zapytałem, chcąc poznać skuteczne metody uzdrawiania ludzi.

— Po prostu pokochać ich — odpowiedział doktor Hew Len.

— Ale co zrobić, jeśli ktoś przychodzi do nas, ponieważ cierpi na jakąś traumę i nie może się z niej wyleczyć? — zadałem kolejne pytanie, próbując zmusić doktora Hew Len do bardziej konkretnej odpowiedzi i ujawnienia tajników metody, którą sam stosuje.

— Każdy chce tego samego: być kochanym — odpowiedział. — Czy nie tego pragniesz? Nieważne jest, co mówisz lub robisz, dopóki kochasz drugą osobę.

— A więc mogę być wyznawcą Junga, Freuda, Reicha albo jeszcze kogoś innego?

— To nie ma znaczenia — podkreślił. — Liczy się tylko to, że kochasz drugą osobę, ponieważ jest ona częścią ciebie. Twoja miłość pomoże jej się oczyścić i wymazać programy, które są obecnie aktywne w jej życiu.

Nie satysfakcjonowała mnie ta odpowiedź, ale rozumiałem tok myślenia mojego rozmówcy.

— A co, jeśli ktoś ma żółte papiery?

— Kiedyś przyszła do mnie kobieta, u której stwierdzono schizofrenię — zaczął. — Poprosiłem, żeby opowiedziała mi swoją historię. Musisz wiedzieć, że to, co ona mi powiedziała, a także to, co usłyszałem od innych, nie ma większego znaczenia. Ci ludzie przedstawili mi tylko świadome interpretacje wydarzeń. To, co się naprawdę stało, jest poza ich świadomością. Jednak wysłuchanie historii pacjenta to dobry punkt wyjścia.

— I co ci powiedziała ta kobieta?

— Opowiedziała swoją historię, a ja wysłuchałem. Cały czas powtarzałem w myślach słowa „Kocham Cię", kierując je do Boskiej Mocy i ufając, że oczyści to, co ma zostać oczyszczone. W pewnym momencie przedstawiła się. Miała dwuczłonowe nazwisko.

— Coś w stylu Yitale-Olden?

— Tak jest. Wiedziałem, że to po części jest przyczyną jej problemu. Noszenie dwuczłonowego nazwiska powoduje rozdwojenie osobowości. Ta kobieta powinna mieć własne nazwisko rodowe.

— Zaproponowałeś jej, żeby zmieniła swoje nazwisko w urzędzie stanu cywilnego?

— Nie musiała posunąć się aż tak daleko — wyjaśnił. — Po prostu powtarzała sobie, że jej nazwisko to jedno słowo. Dzięki temu wreszcie się zrelaksowała i odzyskała zdrowie.

— Co w takim razie wywołało pozytywną zmianę: to, że spojrzała na swoje nazwisko inaczej czy Twoje powtarzanie słów „Kocham Cię"?

— Nie mam pojęcia.

— Ale ja muszę to wiedzieć — naciskałem. — Stworzyłem program Szkoła Czynienia Cudów na www. miraclescoaching. com. Chcę mieć pewność, że moi trenerzy będą wiedzieli, co mówić i robić, żeby pomóc swoim klientom.

Doktor Hew Len zaskoczył mnie, mówiąc, że większość terapeutów sądzi, iż ich celem jest pomaganie ludziom lub ratowanie ich. W rzeczywistości jednak ich praca polega na leczeniu samych siebie z programów, które dostrzegają u swoich pacjentów. Jeżeli oczyszczą się ze wspomnień, te same wspomnienia znikną u ich pacjentów.

— Nie ma znaczenia, co będą mówić lub robić twoi trenerzy. Wystarczy, że pokochają swoich pacjentów — wyjaśnił. — Pamiętaj: osoba, którą widzisz, jest twoim odbiciem w lustrze. Wszystko, czego doświadcza, dotyka również ciebie. Oczyść się z programu, który dzielicie, a obaj poczujecie się lepiej.

-Ale jak?

— Kocham cię — powiedział. Zacząłem rozumieć, do czego zmierza.

Już jako mały chłopiec zafascynowany komiksami, próbowałem dociec, jak funkcjonuje świat. „Superman" i „Flash" były proste i zrozumiałe. Dzisiaj wiem już, że odpowiedzi na to pytanie szuka wielu ludzi reprezentujących różne dziedziny wiedzy, takie jak nauka, religia, psychologia, czy filozofia. Czasami mój umysł podpowiada mi jeszcze inne rozwiązania.

I dokładnie w chwili, gdy mam wrażenie, że zaczynam wszystko ogarniać, na rynek wychodzi nowa książka, która kompletnie zmienia moje spojrzenie na świat. Tym razem była to *Conscionsness Speaks* Balsekara, która przyprawiła mnie o prawdziwy ból głowy.

Gdybym miał podsumować tę książkę słowami człowieka, który kompletnie nie wie, co myśleć po jej przeczytaniu, powiedziałbym, że nic, co robimy, nie jest skutkiem wolnej woli. Wszystko przechodzi przez nas. Wydaje nam się, że jesteśmy świadomymi aktorami. Ale to nieprawda. Tak tylko mówi nasze ego. W rzeczywistości jesteśmy marionetkami w rękach Boskiej Mocy i to nie my pociągamy za sznurki, lecz energia skumulowana w naszym wnętrzu.

Teraz popatrz na to:

Jestem facetem, który napisał *Moc Przycinania* — książkę, która opisuje pięć kroków, dzięki którym każdy może osiągnąć to, czego pragnie. Ja, a także wielu innych ludzi, stosujemy tę metodę, aby zdobyć upragnione rzeczy: od bogactwa, przez sportowe samochody i życiowych partnerów, po zdrowie i wymarzoną pracę. Technika ta polega na zadeklarowaniu intencji, a następnie wykorzystaniu każdej nadarzającej się okazji lub pomysłu do tego, żeby zrealizować wymarzony cel. Krótko mówiąc: Ty jesteś lalkarzem, a świat jest Twoją marionetką.

Jak zatem udaje mi się pogodzić te wyraźnie odmienne filozofie, nie wariując przy okazji?

Myślę, że to jest tak:

Po pierwsze, żyjemy w świecie, w którym rządzą przekonania. Jeżeli w coś wierzysz, uznajesz swoje przekonanie za słuszne. Wcześniej czy później znajdziesz dowód na jego prawdziwość. A wszystko, czego doświadczasz, zinterpretujesz w taki sposób, żeby potwierdzić swoją teorię. Gdy na Twojej drodze stanie coś, co stoi w sprzeczności z Twoim poglądem na świat (systemem przekonań), znajdziesz sposób, żeby to zracjonalizować i dopasować do swojej wizji. Albo zażyjesz Valium.

Po drugie, cały czas się zastanawiam, czy obie filozofie mogą mówić prawdę. Jesteśmy marionetkami i lalkarzami. To zacznie mieć sens tylko wtedy, gdy wyjdziemy poza utarty sposób myślenia. To nasz umysł zachęca nas do upijania się, objadania, dokazywania, kradzieży, kłamstw, a nawet tracenia czasu na zastanawianie się nad konstrukcją świata. Umysł ludzki zakłóca naturalny bieg rzeczy. Wie, że jest przeklęty i nie może tego ścierpieć, dlatego konstruuje nałogi, które sprawiają, że czujemy się lepiej, a jemu gwarantują przetrwanie. W rzeczywistości (czymkolwiek *ona* jest), Twój umysł uniemożliwia Ci doświadczanie ogromnej rozkoszy, jaką jest chwila obecna.

A skoro tak jest, to celem wszystkich technik oczyszczania (stanowiących krok trzeci w *Mocy Przyciągania)* jest zlikwidowanie tej *ingerencji* w Boski plan.

Oto przykład: używając takiej metody, jak Techniki Emocjonalnej Wolności (ang. *Emotional Freedom Techniques* — EFT), polegającej na „wyklepaniu" problemów ze swojego życia, rozwiązujesz kwestie, które Cię dręczą.

Ale co dzieje się potem?

Potem podejmujesz pozytywne działania.

Powiedzmy sobie szczerze: przecież i tak miałeś zamiar to zrobić.

Tak było od momentu, gdy uświadomiłeś sobie problem.

Inaczej mówiąc, chęć podjęcia działań to skutek inspiracji pochodzącej od Boskiej Mocy, a Twoje zniecierpliwienie i niepokój to ograniczenia zakłócające cały proces. Usuń te zakłócenia, a znowu staniesz się jednością z Boską Mocą — marionetką i lalkarzem . w jednym.

Spróbuję w skrócie podsumować, jak ja to widzę (przynajmniej dzisiaj):

Przyszedłeś na ten świat z darem. Być może wiedziałeś o tym od razu, a może nie. Może cały czas jeszcze o tym nie wiesz. Jeśli tak, to kiedyś wyczujesz go w sobie. Twój umysł będzie chciał ocenić ten dar. Jeżeli jego opinia będzie negatywna, uciekniesz się do terapii albo innych metod, leków lub nałogów, żeby się z tym pogodzić, ukryć, rozwiązać, uwolnić lub zaakceptować. Gdy jednak pozbędziesz się zakłóceń, które uniemożliwiają Ci wykorzystanie Twojego daru, zaczniesz podejmować odpowiednie działania. Krótko mówiąc, staniesz się marionetką Boskiej Mocy, a jednocześnie będziesz pełnił rolę lalkarza własnego życia.

Twój wybór sprowadza się do tego, czy pójdziesz z prądem, czy nie.

*Na tym właśnie* polega wolna wola. Niektórzy nazywają ją „wolnym niechceniem", ponieważ nasze decyzje sprowadzają się do tego, czy poddać się impulsowi czy nie.

Nawet wspaniały showman i specjalista od marketingu P. T. Bamum, któremu poświęciłem książkę *Co minutę rodzi się klient,* o tym wiedział. On nie bał się przechodzić do czynów. Działał na wielką skalę. Jednak zawsze wierzył w pewien wyższy porządek. Na jego grobie można przeczytać motto: „Nie moja, lecz Twoja wola zostanie spełniona".

Barnum realizował swoje pomysły, nie pozwalając umysłowi na jakąkolwiek ingerencję; nigdy nie kwestionował ostatecznych efektów, ponieważ wierzył, że wszystko jest częścią większego obrazu wszechświata. Umiał sobie *odpuścić jednocześnie* podejmując działania.

Na tym właśnie polega piąty krok w mojej książce *Moc Przyciągania.*

Dziś odkryłem, jak działa świat (tak sądzę).
Jutro nie będę już tego pewien.
Tęsknię za komiksami.

— Każdy ma jakiś dar — powiedział doktor Hew Len na jednym z naszych spacerów.

— A co z Tigerem Woodsem? — zapytałem. Znałem odpowiedź, ale chciałem ją usłyszeć, żeby móc zadać kolejne pytanie.

— Odgrywa rolę w sztuce napisanej przez Boską Moc.

— Ale co się stanie, jeśli zacznie uczyć innych ludzi grać w golfa?

— Nigdy nie odniesie sukcesu. — odparł. —Jego rolą jest granie w golfa, a nie nauczanie. To jest zadanie dla kogoś innego. Każdy ma swoją rolę.

— Nawet dozorca?

— Tak! Są dozorcy, a nawet śmieciarze, którzy uwielbiają swoją pracę — powiedział. — Dla ciebie to jest dziwne, ponieważ wyobrażasz sobie siebie w ich roli. Jednak nie możesz odegrać ich roli, tak samo, jak oni nie mogą odegrać twojej.

Nagle przypomniałem sobie hasło ze starego kursu samodoskonalenia: „Jeśli Bóg powiedział Ci, co masz robić, rób to, a będziesz szczęśliwy. Ponieważ to, co robisz, jest tym, czego Bóg chce od Ciebie".

Najważniejsze, żeby pogodzić się ze swoją rolą. Pewnie, że chciałbym pisać'takie teksty piosenek jak Michelle Malone, być tak dobrym aktorem jak James Caan, sławnym kulturystą jak Frank Zane albo wybitnym pisarzem jak Jack London. Może pisanie piosenek, granie w filmach, rzeźbienie sylwetki albo pisanie powieści szłoby mi całkiem nieźle, jednak *moją* rolą jest *inspirowanie ludzi.* Piszę książki po to, żeby obudzić ludzi, a mówiąc dokładniej, żeby obudzić *samem siebie.*



# Cygara, hamburgery i zabijanie Boskiej Mocy

*Oczyszczanie pomaga zmniejszyć kredyt zaciągnięty na Twoją duszę.*

— dr Ihaleakala Hew Len

Kiedyś, podczas odwiedzin u mnie, doktor Hew *Len* miał ochotę zamówić coś do jedzenia. Był poniedziałkowy wieczór. W weekendy do mojego miasteczka przyjeżdża wielu turystów, dlatego większość firm zamyka działalność w poniedziałek, żeby odpocząć po niedzielnym szaleństwie. Z tego, co wiedziałem, otwarty był tylko jeden bar o nazwie Burger Barn. Nie chciałem w ogóle wspominać o nim doktorowi, ponieważ zakładałem, że nie interesuje go niezdrowe jedzenie. Poza tym sam niedawno zmieniłem nawyki żywieniowe i wolałem trzymać się z dala od wszelkich fast-foodów. W końcu jednak powiedziałem mu o tym barze.

— Hamburgery? To brzmi świetnie! — wykrzyknął podekscy towany.

—Jesteś pewien? — zapytałem.

— O, tak! Uwielbiam dobre hamburgery.

Pojechaliśmy do baru. Weszliśmy do środka i zajęliśmy miejsca przy stole. W menu nie było do wyboru zbyt wiele zdrowych potraw.

— Poproszę hamburgera na białym pieczywie z podwójnym mię sem i podwójnym serem — zamówił swój obiad doktor Hew Len.

Bytem zdumiony. Takie jedzenie to prosta droga do ataku serca! Mięso? Ser? I do tego białe pieczywo? Nie mogłem w to uwierzyć. Nie mogłem również uwierzyć w to, że zamówiłem to samo. Uznałem, że jeśli takie jedzenie jest dobre dla szamana, powinno być dobre również dla mnie.

— Nie martwisz się tym serem, mięsem i bułką? — zapytałem go.

— Ależ skąd — powiedział. — Codziennie rano jem na śniadanie hot-doga z chilli. Uwielbiam to jedzenie.

— Naprawdę?

— To nie jedzenie jest dla nas niebezpieczne — wyjaśnił, — lecz to, co o nim myślimy.

Słyszałem już kiedyś tę opinię, ale jej nie podzielałem. Wierzyłem w wyższość dowodów nad teoriami. Ale może się myliłem. Doktor Hew Len kontynuował:

— Zanim cokolwiek zjem, mówię w myślach do jedzenia: „Ko cham cię! Kocham cię! Jeżeli jest we mnie coś, co sprawi, że poczuję się niedobrze po zjedzeniu ciebie, to nie twoja wina! Moja też nie! To coś, za co chcę być odpowiedzialny!" A potem cieszę się posił kiem, ponieważ wiem już, że jest czysty.

Po raz kolejny teoria doktora Hew Len ścięła mnie z nóg, a jednocześnie obudziła. Tyle czasu poświęciłem na czytanie artykułów o zdrowej żywności, że popadłem w paranoję i nie potrafiłem cieszyć się zwykłym hamburgerem. Postanowiłem się z tego oczyścić. Gdy kelner przyniósł mój posiłek, zjadłem go z przyjemnością.

— To najlepszy hamburger, jakiego jadłem — wyraził swą apro batę doktor Hew Len. Jedzenie tak mu smakowało, że poprosił kucharza o podejście do stolika, żeby osobiście mu podziękować.

Kucharz nie byt przyzwyczajony do tak entuzjastycznych opinii o bułce z mielonym mięsem smażonym na głębokim tłuszczu. Nie wiedział, co powiedzieć. Ja też.

Kiedy oprowadzałem doktora Hew Len po moim domu i pokazywałem mu moją domową siłownię, wstrzymałem oddech. W tym pokoju trzymam również cygara. Wiem, że to ironiczne, ćwiczyć rano i palić wieczorem, ale cóż, tak właśnie wygląda moje życie. Martwiłem się, że doktor może wygłosić jakiś komentarz na temat mojego palenia.

Opowiedziałem mu, do czego służą poszczególne sprzęty i pokazałem zdjęcia słynnych kulturystów wiszące na ścianach oraz dyplomy z zawodów fitness, w których wziąłem udział. Starałem się odwrócić jego uwagę od cygar leżących na ławce. Niestety zauważył je.

— Co to jest? — zapytał.

— Cygara — westchnąłem.

— Palisz w trakcie ćwiczeń?

— Nie, dopiero wieczorem — wyjaśniłem. — To moja pora medytacji. Siadam na tarasie, palę cygaro i myślę o tym, jaki wdzięczny jestem za moje życie.

Doktor milczał przez chwilę. Czekałem, aż zarzuci mnie statystykami świadczącymi o szkodliwości palenia dla zdrowia. Wreszcie odezwał się.

— Uważam, że to jest piękne.

— Naprawdę? — zdziwiłem się.

— Mylę, że powinieneś palić cygara razem ze swoim samochodem Panoz.

— Co masz na myśli? Mam sobie zrobić zdjęcie przy samochodzie z cygarem w ręce?

— Może, ale bardziej myślałem o tym, że mógłbyś palić w trakcie polerowania lub odkurzania auta.

— Byłem przekonany, że skrytykujesz mój nałóg — wyznałem. — Jeden z czytelników mojego blogu napisał do mnie kiedyś, że wprowadzam do organizmu toksyny i szkodzę sobie w ten sposób.

— Ta osoba chyba nigdy nie słyszała o zwyczaju palenia fajki pokoju przez Indian — powiedział — ani o tym, że w wielu plemionach, palenie jest rytuałem jednoczącym i scalającym rodziny.

Po raz kolejny przekonałem się, że dla doktora Hew Len kluczem do wszystkiego jest miłość. Gdy pokocha daną rzecz, ona się zmienia. Palenie jest złe wtedy, gdy myślimy, że jest złe; hamburgery tak samo. W starożytnych hawajskich tradycjach wszystko zaczyna się od myśli, a najlepszym lekarzem jest miłość.

W końcu zacząłem go rozumieć. Wreszcie dotarło do mnie, jak ważne jest osiągnięcie Stanu Zerowego, w którym nie ma żadnych ograniczeń.

Jednak nie wszyscy czuli to, co ja.

Kiedyś wziąłem udział w teleseminarium, na którym opowiedziałem uczestnikom o mojej niezwykłej znajomości z doktorem Hew Len. Wszyscy słuchali mnie z uwagą. Zadawali pytania. Miałem wrażenie, że rozumieją, co do nich mówię. Jednak ku mojemu zdziwieniu, pod koniec spotkania wrócili do starych schematów myślenia. Zgodzili się ze mną, że musimy wziąć na siebie całkowitą odpowiedzialność za własne życie, ale z dystansem podchodzili do koncepcji rozszerzenia jej na innych ludzi. Przyznali, że metoda oczyszczania doktora Hew Len ma ogromną moc, jednak szybko wrócili do starych nawyków.

Któraś z uczestniczek wyznała:

— Nie chcę mówić „Przepraszam", bo to jest tak, jakbym przyznawała się do winy.

Chciałem jej odpowiedzieć: „Oczyścimy cię z tego", bo wiedziałem, że to tylko przekonanie. Jednak na głos powiedziałem coś innego:

— Doktor Hew Len twierdzi, że każdy powinien robić to, co u niego działa najlepiej.

Przyznaję, że na początku czułem się sfrustrowany. Jednak potem zdałem sobie sprawę, *że ja* również muszę się z tego oczyścić. W końcu, jeśli biorę na siebie stuprocentową odpowiedzialność za to, czego doświadczam, dotyczy to również *nich.* A skoro najskuteczniejszym narzędziem oczyszczania są słowa „Kocham Cię", to muszę oczyścić się z tego, co widzę u innych, ponieważ to samo jest *we mnie.*

Ten aspekt ho'oponopono może być najtrudniejszy do zrozumienia. Nie ma żadnego „tam". Wszystko jest w Tobie. Wszystko, czego doświadczasz, dzieje się w Twoim wnętrzu.

Kiedyś ktoś zadał mi podchwytliwe pytanie:

— A co z 50 milionami ludzi, którzy głosowali na prezydenta, którego nie popieram? Przecież ja nie mam nic wspólnego z ich wyborem!

— Gdzie doświadczasz tych 50 milionów ludzi? — zapytałem. — Co masz na myśli, mówiąc „doświadczasz"? — odpowiedział pytaniem. — Czytam o nich, widzę ich w telewizji, a to, że na niego głosowali, jest faktem.

— Ale gdzie doświadczasz tych wszystkich informacji?

— W mojej głowie, jako wiadomości.

— Wewnątrz ciebie, tak? — zapytałem.

— No tak, przetwarzam te informacje w mojej głowie, ale *one* pochodzą z zewnątrz. Nie mam w sobie 50 milionów ludzi.

— Przeciwnie: masz — powiedziałem. — Doświadczasz ich w sobie, a to oznacza, że oni nie istnieją, dopóki nie zajrzysz w głąb siebie.

— Aleja mogę rozejrzeć się naokoło i wtedy ich zobaczę.

— Widzisz ich wewnątrz siebie — powtórzyłem. — Wszystkie informacje, które przetwarzasz, są w Tobie. Jeśli ich nie przetwarzasz, to znaczy, że nie istnieją.

— Chcesz powiedzieć, że jeżeli w lesie upada drzewo i nikt tego nie słyszy, to znaczy, że nie wydało ono żadnego dźwięku?

— Dokładnie.

— To wariactwo.

— Dokładnie — odparłem. — Ale to jedyna droga do domu. Postanowiłem wystawić mojego rozmówcę na jeszcze większą próbę. Zapytałem go:

— Czy jesteś w stanie mi powiedzieć, jaka będzie twoja następna myśl?

Milczał przez chwilę. Chciał odpowiedzieć, ale zdał sobie sprawę, że to niemożliwe.

— Nikt nie jest w stanie przewidzieć, o czym pomyśli za chwilę — wyjaśniłem. — Możesz zwerbalizować swoją myśl w momencie, gdy przyjdzie ci do głowy, ale pamiętaj, że rodzi się ona w twojej podświadomości. Nie jesteś w stanie tego kontrolować. Masz tylko jeden wybór: przejść od myśli

do czynów lub nie.

— Nie rozumiem.

— Po pojawieniu się określonej myśli możesz podjąć rozmaite działania. Jednak sama myśl rodzi się w podświadomości — wyjaśniłem. — Jeśli chcesz oczyścić swoją podświadomość, żeby generowała lepsze myśli, musisz zrobić coś innego.

— A dokładnie?

— W tej chwili piszę książkę na ten temat — odpowiedziałem, odnosząc się do książki, którą czytasz w tej chwili.

— Ale co to ma wspólnego z 50 milionami ludzi, którzy funkcjonują poza moim umysłem?

— Oni nie są bardziej ci obcy niż twoje myśli — odparłem. — Wszystko jest w tobie. Jedyne, co możesz zrobić, to oczyścić się i uporządkować programy w twojej głowie. Gdy się oczyścisz, zaczniesz mieć bardziej pozytywne, produktywne myśli, z których będzie biła prawdziwa miłość.

— Nadal uważam, że to wariactwo — podsumował.

— Oczyszczę się z tego — odpowiedziałem.

Prawdopodobnie tego nie zrozumiał. Jeśli jednak mam osiągnąć Stan Zerowy, muszę wziąć całkowitą odpowiedzialność za jego brak zrozumienia. Jego wspomnienia to moje wspomnienia. Jego program to mój program. Od momentu, gdy wyraził swoje wątpliwości na głos, ja dzielę je razem z nim. Dlatego, jeżeli ja się z nich oczyszczę, on również dozna oczyszczenia. Pisząc te słowa, powtarzam w myślach słowa „Kocham Cię" — za słowami, za pisaniem, za komputerem, za kulisami. Powtarzanie tych słów podczas pracy, pisania, czytania, zabawy, rozmawiania lub myślenia jest moim sposobem na nieustanne oczyszczanie, wymazywanie i usuwanie wszystkiego, co stoi na mojej drodze do Stanu Zerowego. Czy czujesz miłość?

Jednego ranka doktor Hew Len powiedział, że zobaczył logo dla mnie, na którym widniała czterolistna koniczyna.

— Czwarty liść jest złoty, jak język — powiedział.

Przez kilka minut opisywał mi obraz, który widział w swojej głowie lub w powietrzu. Nie jestem pewien, skąd brały się jego odczucia. On też tego nie wiedział.

— Musisz znaleźć artystę, który naszkicuje dla ciebie to logo — powiedział.

Później poszliśmy na spacer po mieście. Zjedliśmy lunch, a potem odwiedziliśmy kilka sklepów. Pierwszy z nich sprzedawał witraże. Te małe arcydzieła zrobiły na nas duże wrażenie. W trakcie prezentowania swoich wyrobów, właścicielka sklepu powiedziała:

—Jeśli będziecie kiedyś potrzebować logo albo szkicu, mogę go dla was narysować.

Doktor Hew Len uśmiechnął się szeroko i spojrzał na mnie; ja również szczerzyłem zęby w uśmiechu. Osiągnięcie Stanu Zerowego wywołało synchroniczność.

W trakcie pisania tego rozdziału musiałem zrobić krótką przerwę na udzielenie wywiadu związanego z kolejnym filmem. Jest on podobny do *The Secret,* ale koncentruje się głównie na uzdrawianiu za pomocą myśli. Na początku wywiadu zaznaczyłem, że myśli nie są tak ważne jak ich brak. Nie leczymy sami siebie, lecz staramy się osiągnąć stan zerowy — stan pozbawiony ograniczeń, w którym pozwalamy Boskiej Mocy na to, żeby nas uzdrowiła. Nie byłem pewny, dlaczego mówię to wszystko. Zacząłem nawet zastanawiać się, czy nie postradałem zmysłów. Mimo to kontynuowałem.

Gdy operator wyłączył kamerę, kobieta, która obserwowała nasz wywiad, wyznała, że leczy ludzi, osiągając Stan Zerowy. Była lekarzem weterynarii i uzdrawiała zwierzęta, wchodząc w Stan Zerowy w obecności chorych zwierzaków. Pokazała mi zdjęcia psów z zaćmą, a potem zdjęcia tych samych psów po ich całkowitym wyleczeniu.

Po raz kolejny Boska Moc udowodniła, że to ona ma władzę, nie ja. Ja mogę tylko się oczyszczać, żebyją usłyszeć i wykonać jej rozkazy.

Wczoraj wieczorem rozmawiałem przez telefon z autorem bestsellerów i guru samodoskonalenia przez półtorej godziny. Jestem jego fanem od wielu lat. Przeczytałem wszystkie jego książki i z utęsknieniem czekam na kolejne. Ponieważ jemu również podobają się moje prace, skontaktowaliśmy się ze sobą. Byłem zdziwiony tym, jak potoczyła się nasza rozmowa.

Ekspert od rozwoju osobistego opowiedział mi przerażającą historię o tym, co wydarzyło się u niego w ciągu ostatnich dwóch lat. Ktoś, kogo kochał, nękał go i prześladował. Słuchając jego opowieści, zastanawiałem się, jak on może przedstawiać się w roli ofiary, skoro publicznie mówi o wzięciu odpowiedzialności za swoje życie.

Wtedy do mnie dotarło, że prawie wszyscy — nawet eksperci od samodoskonalenia, którzy próbują nas uczyć, jak żyć (czyli między innymi również ja) — nie mają pojęcia, *co* robią. Wciąż brakuje im kawałka w układance. Dotarli do punktu, w którym uznali, że to, co pomagało im w przeszłości, będzie działać za każdym razem w przyszłości, zarówno u nich, jak i u wszystkich innych ludzi. Jednak to nie jest takie proste. Każdy z nas jest inny, a życie wciąż się zmienia. Kiedy już wydaje Ci się, że rozwiązałeś tajemnicę wszechświata, rzeczywistość sprowadza Cię na ziemię i po raz kolejny tracisz kontrolę nad własnym życiem.

Doktor Hew Len uczy nas, jak dać Boskiej Mocy wolną rękę i zaufać jej, a jednocześnie cały czas się oczyszczać z myśli i wrażeń, które zakłócają naszą komunikację z Nią. Dzięki wytrwałej pracy usuniemy chwasty (programy), a jakość naszego życia znacząco się poprawi.

Słuchając narzekań autora poradników, powtarzałem w myślach „Kocham Cię", kierując te słowa do Boskiej Mocy. Pod koniec swojej opowieści wydawał się spokojniejszy i szczęśliwszy.

Doktor Hew Len niestrudzenie przypomina, że „Boska Moc nie jest dozorcą. Nie wolno nam ją o nic prosić; jedyne, co możemy zrobić, to regularnie się oczyszczać".

Uwielbiam spędzać czas z doktorem Hew Len. Zawsze chętnie odpowiada na moje pytania. Kiedyś zapytałem go, czy istnieją jakieś zaawansowane metody oczyszczania. W końcu zajmuje się tym od ponad 25 lat. Na pewno wymyślił albo odkrył coś innego niż „Kocham Cię".

— Co robisz dzisiaj, żeby się oczyścić? — spytałem.

— Zabijam Boską Moc — zachichotał. Zatkało mnie.

— Zabijasz Boską Moc? — powtórzyłem, ciekawy, co to może oznaczać.

— Wiem, że nawet inspiracja oddala mnie od Stanu Zerowego — wyjaśnił. — Powiedziano mi, że muszę zabić Boską Moc, żeby znaleźć się w domu.

— Ale jak zamierzasz zabić Boską Moc?

— Stale się oczyszczam.

Zawsze, zawsze, zawsze nasza rozmowa kończyła się tym samym refrenem, leczącym wszystkie rany: „Kocham Cię, przepraszam, wybacz mi, dziękuję".

Pod koniec 2006 roku odwiedziłem Warszawę. Postanowiłem przedstawić mojej publiczności ideę Stanu Zerowego pozbawionego jakichkolwiek ograniczeń. Przez dwa dni wygłaszałem referaty na temat hipnotycznego marketingu oraz książki *Moc Przyciągania.* Moi słuchacze byli otwarci, pełni miłości i chętni do nauki. Dlatego postanowiłem opowiedzieć im o tym, o czym przeczytałeś w tej książce: że wszyscy jesteśmy odpowiedzialni za to, co się dzieje w naszym życiu, a jedynym sposobem na uzdrowienie dowolnej sytuacji jest powtarzanie słów: „Kocham Cię".

Mój wykład był tłumaczony na bieżąco, dlatego co kilka zdań musiałem robić pauzę, jednak widziałem, że słuchacze chłonęli każde moje słowo. Jedna z osób obecnych na sali zadała mi interesujące pytanie:

— Ludzie w Polsce regularnie chodzą do kościoła i dużo się modlą do Boga, a mimo to przez nasz kraj przetoczyła się wojna, nasze miasto zostało zaatakowane przez Hitlera, a kilkadziesiąt lat później przeżyliśmy stan wojenny. Nasz naród wiele wycierpiał. Dla czego nasze modlitwy nie pomogły? Czym one się różnią od tych hawajskich?

Przez chwilę milczałem, zastanawiając się nad odpowiedzią i żałując, że nie ma teraz przy mnie doktora Hew Len. Po chwili odezwałem się:

— Ludzie co innego mówią, a co innego czują. Większość tych, którzy modlą się do Boga, nie wierzy, że zostaną wysłuchani. Modlą się w akcie desperacji, w efekcie przyciągając jeszcze więcej tego, co czują: większa desperację.

Odniosłem wrażenie, że mój rozmówca zrozumiał i zaakceptował moją odpowiedź. Na potwierdzenie kiwnął głową. Jednak po powrocie do Stanów Zjednoczonych napisałem e-mail do doktora Hew Len, w którym zapytałem go, jak on odpowiedziałby na takie pytanie. Oto co mi odpowiedział:

Drogi Ao Akua

Dziękuję, że dałeś mi okazję oczyścić się z tego, co jest we mnie, a co doświadczam jako Twoje pytanie.

Dwa lata temu prowadziłem wykład w Walencji, na który przyszedł pewien Amerykanin. W trakcie przerwy podszedł do mnie i powiedział:
„Mój wnuk zachorował na raka. Modliłem się za niego, prosiłem, żeby nie umierał, a mimo to odszedł. Dlaczego tak się stało?".

Odpowiedziałem mu: „Modliłeś się nie o tę osobę. Powinieneś był modlić się o siebie i prosić o wybaczenie za to, co dzieje się w Tobie, a co doświadczasz jako chorobę Twojego wnuka".

Ludzie nie zdają sobie sprawy, że sami są źródłem wszystkiego, czego doświadczają. Rzadko modlą się o to, co się dzieje w nich samych.

Pokój od „Ja"

Ihaleakala

Jego uczciwa odpowiedź bardzo mi się spodobała. Po raz kolejny przypomniał mi, że nic nie dzieje się poza

nami. Większość ludzi modląc się, zachowuje się tak, jakby nie mieli żadnej mocy i nie byli za nic odpowiedzialni. Tymczasem według ho'oponopono jesteśmy odpowiedzialni za wszystko. Tutaj „modlitwa" polega na proszeniu o wybaczenie za to, co jest w nas, a co spowodowało zewnętrzne okoliczności. Jest sposobem na odnowienie kontaktu z Boską Mocą. Musimy zaufać Boskiej Mocy i uwierzyć, że nas uleczy. A kiedy to się stanie, cała sytuacja zostanie uzdrowiona. Wszystko jest wewnątrz nas — bez wyjątku.

Lany Dossey świetnie to wyraził w swojej książce *Healing Words:* „Musimy stale sobie przypominać, że modlitwa pełniąca funkcję mostu łączącego nas z Absolutem, *ma zerowy wskaźnik awaryjności.* Działa zawsze w stu procentach, dopóki my sami nie przeszkodzimy w jej spełnieniu naszą nieświadomością wobec niej".

W mojej współpracy z doktorem Hew Len niepokoiła mnie jedna rzecz.

Im więcej rozumiałem i im bardziej się rozwijałem, tym bardziej martwiłem się, że moje poprzednie książki, napisane zanim posiadłem tę wiedzę, wprowadzają czytelników w błąd. W *Mocy Przyciągania* wychwalałem na przykład potęgę intencji. Teraz, rok po napisaniu tamtej książki, wiem, że intencja to bajka dla głupców, zabawka ego, ponieważ prawdziwym źródłem mocy jest inspiracja. Wiem również, że pogodzenie się z życiem jest kluczem do sukcesu, a nie próby jego kontrolowania. Zbyt wielu ludzi, włącznie ze mną, próbuje manipulować światem za pomocą wizualizacji i afirmacji. Przekonałem się, że to nie jest konieczne. Lepiej jest pójść z prądem — po prostu odpuścić sobie i oczyszczać się ze wszystkiego, co pojawi się w naszym życiu.

Zacząłem czuć się tak, jak kiedyś musiał się czuć Neville Goddard. To jeden z moich ulubionych mistycznych pisarzy. Jego pierwsze książki mówiły o tworzeniu własnej rzeczywistości poprzez przekształcenie „uczucia w fakt" — nazywał to „prawem". Jedna z jego książek miała tytuł *The Law and the Promise,* czyli *Prawo i obietnica.* Słowo „prawo" odnosiło się do umiejętności wpływania na świat za pomocą uczuć, natomiast „obietnica" oznaczała poddanie się woli Boga.

Neville rozpoczął swoją karierę od nauczania ludzi, jak osiągnąć to, czego pragną, stosując coś, co nazywał „rozbudzoną wyobraźnią". Aby wyjaśnić to określenie, zacytuję ulubiony tekst Neville'a: „Wyobraźnia tworzy rzeczywistość". Jego pierwsza książka, którą później aktualizowałem, nosiła tytułu *Your Command,* czyli *Do Twojej dyspozycji.* Neville udowadniał w niej, że świat naprawdę jest „do naszej dyspozycji". Wystarczy powiedzieć Boskiej Mocy albo Bogu, czego pragniemy, a dostaniemy to. Jednak w późniejszych latach swojego życia, po roku 1959, Neville odkrył jeszcze lepszą receptę na sukces: odpuścić sobie; dać Boskiej Mocy wolną rękę i pozwolić, żeby działała *za naszym pośrednictwem.*

Problem jednak w tym, że nie mógł odwołać swoich poprzednich książek, tak jak producent samochodów wycofuje z rynku wadliwe partie. Nie wiem, czy to go martwiło, czy nie. Wydaje mi się, że nie. Pogodził się z tym, że ludzie wciąż czytają jego pierwsze książki, ponieważ czuł, że „prawo" pomaga im pokonać życiowe trudności. Ja jednak chciałem wycofać moje książki. Martwiłem się, że wprowadzam w błąd moich czytelników. Zwierzyłem się doktorowi Hew Len, że czuję się tak, jakbym działał na szkodę ludzkości.

— Twoje książki są jak szczeble w drabinie — odparł. — Ludzie znajdują się na różnych etapach swojej życiowej drogi. Z twoich książek dowiadują się, na jakim są szczeblu. Dzięki nim rozwijają się, aż w końcu stają się gotowi na kolejne. Nie musisz wycofywać żadnej książki. Wszystkie są doskonałe.

Gdy pomyślałem o moich książkach, o Neville'u i doktorze Hew Len, a także o wszystkich moich byłych, obecnych i przyszłych czytelnikach, jedyne, co mogłem powiedzieć to „Przepraszam, wybaczcie mi, dziękuję, kocham Was".

Oczyszczać się. Oczyszczać. Oczyszczać.



# Cała prawda

*To nie jest Twoja wina, lecz Twoja odpowiedzialność.*

**— dr Joe Vitale**

Jeszcze nie skończyłem z doktorem Hew Len. Wciąż nie miałem wszystkich informacji na temat jego pracy w szpitalu psychiatrycznym.

— Nigdy nie widziałeś swoich pacjentów? — zapytałem któregoś dnia. — *Nigdy?*

— Widywałem ich na korytarzu, ale nigdy nie spotykałem się z nimi w moim gabinecie — odparł. — Kiedyś jeden z pacjentów powiedział do mnie: „Wiesz, że mógłbym cię zabić?". Odpowiedziałem mu: „Wiem. Ale założę się, że mógłbyś również zrobić coś dobrego". Gdy zacząłem pracować na oddziale dla psychicznie chorych przestępców każdego dnia dochodziło do trzech lub czterech bójek między pacjentami. Pracownicy personelu zakuwali ich w kajdanki, zamykali w izolatkach albo nie wypuszczali z oddziału. Doktorzy i pielęgniarki chodzili po korytarzach z plecami przy ścianie, bojąc się ataku ze strony pacjentów. Zaledwie po kilku miesiącach oczyszczania nastąpiła diametralna zmiana: koniec z kajdankami i izolatkami. Pacjenci mogli wychodzić poza teren szpitala i pracować albo uprawiać sporty.

Co takiego zrobił, że wywołał taką przemianę?

— Musiałem wziąć na siebie całkowitą odpowiedzialność za pro blemy, które widzę wokół siebie — powiedział. — Muszę oczyścić się z własnych toksycznych myśli i zastąpić je miłością. Z pacjentami było wszystko w porządku. Błędy dotyczyły mnie.

Jak wyjaśnił doktor Hew Len, ani pacjenci, ani nawet pracownicy służby medycznej nie czuli miłości. Dlatego on pokochał wszystko.

— Spojrzałem na ściany i stwierdziłem, że trzeba je przemalo wać — powiedział. — Ale każda nowa farba od razu odpadała. Dlatego po prostu powiedziałem ścianom, że je kocham. Aż któregoś dnia ktoś postanowił je pomalować, a farba tym razem idealnie zakryła poprzednie warstwy.

To brzmiało co najmniej dziwnie, ale ja już przyzwyczaiłem się do takich historii. W końcu zadałem pytanie, które od dawna mnie nurtowało.

— Czy *wszyscy* pacjenci zostali wypisani ze szpitala?

— Wszyscy oprócz dwóch — odparł, — którzy zostali przeniesieni w inne miejsce. Gdyby nie oni, mógłbym powiedzieć, że cały oddział został wyleczony.

I dodał coś, co pomogło mi zrozumieć ogrom jego dokonań.

—Jeśli wciąż masz jakieś wątpliwości, napisz do Omaka-O-Kala Hamaguchi. To przedstawicielka opieki społecznej, która pracowała w szpitalu w trakcie mojej praktyki.

Tak zrobiłem. Oto jej odpowiedź na mój list:

*Drogi Joe*

*Dziękuję Ci za tę możliwość.*

*Musisz wiedzieć, że piszę do Ciebie ten list razem z Emory Lance Oliviera z pomocy społecznej, która pracowała na tym samym oddziale, co doktor Hew Len.*

*Zostałam wyznaczona do pracy w nowo otwartej placówce medycyny sądowej w stanowym szpitalu psychiatrycznym na Hawajach. Jej pełna nazwa to Zamknięty Oddział Intensywnej Ochrony (Closed Intensive Security Unit — CISU). Jej pacjentami byli więźniowie skazani za ciężkie zbrodnie zabójstwa, gwałtu, napaści, rozboju, molestowania, a także różnych kombinacji powyższych przestępstw, u których zdiagnozowano poważne zaburzenia umysłowe.*

*Wśród pacjentów byli przestępcy uniewinnieni z powodu braku poczytalności i skierowani na pobyt w szpitalu psychiatrycznym; byli również prawdziwi psychopaci wymagający leczenia; a także podejrzani, których zdolność do uczestniczenia w procesie wymagała fachowej oceny lekarskiej (chodzi o zdolność do zrozumienia stawianych im zarzutów i bronienia się przed sądem). Mieliśmy schizofreników, upośledzonych umysłowo, osoby cierpiące na psychozę maniakalno-depresyjną, a także psychopatów i socjopatów. Byli również tacy, którzy chcieli przekonać sąd, że zaliczają się do którejś z powyższych kategorii.*

*Wszyscy byli zamknięci w naszej placówce i mogli ją opuszczać tylko z dwóch powodów: wizyty u lekarza lub w sądzie. Zawsze wtedy zakładano im kajdanki na ręce i nogi. Pacjenci spędzali większość czasu w izolatkach — były to obskurne pokoiki bez okien, z zamkniętą łazienką i betonowymi ścianami oraz sufitami. Wielu z nich przez cały czas było na silnych lekach. Rzadko organizowano dla nich jakieś zajęcia dodatkowe.*

*„Incydenty" zdarzały się bardzo często: pacjenci atakowali pracowników oddziału, wszczynali bójki między sobą, próbowali uciekać. Problemem były również „incydenty" wśród pracowników —próby manipulowania pacjentami, narkotyki, zwolnienia chorobowe, odszkodowania, kłótnie między pracownikami, ciągle rotacje w administracji, a także na stanowiskach psychologów i psychiatrów, problemy z instalacją elektryczną i wodno-kanalizacyjną, itd., itd. To było miejsce pełne przemocy; dzikie i przygnębiające.*

*Nawet kwiaty nie chciały tam rosnąć.*

*I nawet gdy przeniesiono cały oddział do wyremontowanej, dużo bezpieczniejszej jednostki z ogrodzonym terenem rekreacyjnym, nikt nie oczekiwał zmian na lepsze.*

*Dlatego, gdy na naszym oddziale pojawił się „kolejny z tych psychologów", myśleliśmy, że będzie próbował wprowadzić jakieś 'zmiany, poeksperymentuje trochę z supernowoczesnymi technikami, a potem szybko się podda i odejdzie, tak jak jego poprzednicy.*

*Jednak tym razem to był doktor Hew Len, który oprócz tego, że był dla wszystkich bardzo miły, nie robił praktycznie nic. Nie robił analiz, ocen ani diagnoz; nie wykonywał testów psychologicznych ani nie prowadził żadnej terapii. Często się spóźniał, nie brał udziału w naradach na temat stanu zdrowia pacjentów i nie dodawał żadnych wpisów do ich akt. Jedyne, co robił, to stosował swoją „dziwną" metodę Tożsamości poprzez Ho'opvnopono, która mówiła cos' o wzięciu na siebie pełnej odpowiedzialności za samego siebie, patrzeniu w swoje wnętrze i pozbywaniu się negatywnej energii.*

*Najdziwniejsze było to, że ten psycholog zawsze miał dobry nastrój — wydawało się, że praca na oddziale sprawia mu przyjemność! Często się śmiał i wygłupiał się z pacjentami i personelem. Na każdym kroku było widać, że lubi to, co robi. My też bardzo go polubiliśmy mimo tego, że naszym zdaniem nie poświęcał zbyt wiele czasu swoim pacjentom.*

*I nagle wszystko zaczęło się zmieniać. Izolatki opustoszały, a pacjenci wzięli na siebie odpowiedzialność za własne sprawy i potrzeby. Chętnie uczestniczyli w przygotowywaniu i wdrażaniu programów oraz projektów dotyczących ich samych. Zmniejszyliśmy im dawki leków i zaczęliśmy wypuszczać ich poza placówkę bez kajdanek.*

*Cały oddział ożył — stał się spokojniejszy, jas'niejszy, bezpieczniejszy, czystszy, bardziej aktywny, produktywny i rozrywkowy. Rośliny zaczęły rosnąć, skończyły się problemy z instalacją, przestało dochodzić do aktów przemocy, a pracownicy zrobili się rozluźnieni i pełni entuzjazmu. Skończyły się urlopy chorobowe, a my stanęliśmy przed nowym, zupełnie innym problemem — nadmiernego zatrudnienia.*

*Z tamtego okresu szczególnie zapadły mi w pamięć dwie sytuacje.*

*Mieliśmy pacjenta cierpiącego na urojenia i paranoje, który poważnie zranił nie tylko pracowników szpitala, a także osoby poza placówką. To nie był jego pierwszy raz na naszym oddziale. Tym razem odbywał karę za zabójstwo. Strasznie sie go bałam. Zawsze, gdy się do mnie zbliżał, czułam ciarki na plecach.*

*Doktor Hew Len pracował wtedy na naszym oddziale jakiś rok albo dwa. Któregoś dnia z ogromnym zdziwieniem zobaczyłam tego niebezpiecznego pacjenta na korytarzu w eskorcie pracowników bez kajdanek na rękach i nogach. Tym razem nie poczułam ciarek na plecach. Spokojnie go obserwowałam i starałam się nie dokonywać żadnych ocen, nawet wtedy, gdy mijaliśmy się na korytarzu. Po raz pierwszy nie miałam wtedy ochoty rzucić się do ucieczki. Zauważyłam, że pacjent jest spokojny. W tamtym czasie nie pracowałam już na oddziale, ale musiałam się dowiedzieć, co się stało. Powiedziano mi, że pacjent od jakiegoś czasu nie jest trzymany w izolatce i nie musi nosić kajdanek. Tę niezwykłą przemianę przypisywano metodzie ho'oponopono, którą stosował doktor Hew Len wraz z kilkoma pracownikami szpitala.*

*Druga sytuacja miała miejsce, gdy oglądałam wiadomości w telewizji. Wzięłam sobie dzień wolnego, żeby odpocząć psychicznie od pracy i trochę się zrelaksować. W telewizji pokazano pacjenta naszego oddziału, który został oskarżony o molestowanie i zabójstwo trzy- lub czteroletniej dziewczynki. Przetrzymywano go w szpitalu, ponieważ nie był w stanie zrozumieć stawianych mu zarzutów. Został zbadany przez kilku psychiatrów i psychologów, którzy sugerowali uniewinnienie go z powodu braku poczytalności. Gdyby tak się stało, człowiek ten nigdy nie poszedłby do więzienia, lecz zostałby skierowany do placówki o słabszym rygorze z możliwością warunkowego zwolnienia.*

*Doktor Hew Len spotkał się z tym pacjentem. Ten wyznał mu, że chciałby nauczyć się Tożsamości poprzez Ho 'oponopono. Podobno stosował tę metodę z niezwykłą wytrwałością, jak na byłego oficera marynarki wojennej przystało. W końcu uznano go za poczytalnego i wyznaczono termin rozprawy, dając mu możliwość pełnego uczestnictwa.*

*Większość pacjentów na jego miejscu próbowałaby doprowadzić do stwierdzenia niepoczytalności, jednak on postąpił inaczej. Dzień przed rozprawą zwolnił swojego adwokata. Następnego ranka z ogromnym żalem wyznał sędziemu:, Jestem za to odpowiedzialny i bardzo żałuję". Nikt się tego nie spodziewał. Nawet sam sędzia potrzebował chwili, żeby ogarnąć to, co się przed chwilą stało.*

*Wcześniej zdarzyło mi się zagrać w tenisa z doktorem Hew Len i tym pacjentem dwa lub trzy razy. Mimo że chory starał się być bardzo uprzejmy i taktowny, nie mogłam się powstrzymać od dokonywania ocen na jego temat. Jednak tamtego dnia, gdy zobaczyłam go w sądzie, poczułam do niego miłośc i czułość. Zauważyłam, ze ta zmiana objęła wszystkich obecnych na sali sądowej. Sędzia i adwokaci zaczęli mówić łagodnym głosem, a osoby zgromadzone na sali patrzyły na oskarżonego z czułym uśmiechem. To była niezapomniana chwila.*

*Dlatego gdy doktor Hew Len zapytał nas kiedyś w trakcie gry w tenisa, czy chcielibyśmy poznać metodę ho'oponopono, od razu zgłosiłam się na ochotnika, nie mogąc się doczekać, aż gra się wreszcie skończy. Od tamtego czasu minęło 20 lat, a ja wciąż nie mogę wyjść z podziwu do Boskiej Mocy, która dokonała cudów za pośrednictwem doktora Hew Len w Hawajskim Szpitalu Stanowym. Jestem dozgonnie wdzięczna doktorowi za to, że mogłam poznać jego „dziwną" metodę.*

*Jesteś ciekawy, co się stało z pacjentem? Otóż został on uznany za winnego, a sędzia okazał mu życzliwość, przychylając się do jego prośby o odbycie kary w federalnym zakładzie karnym znajdującym się w pobliżu jego miejsca zamieszkania, tak aby mógł być blisko żony i dzieci.*

*Dziś, prawie po 20 latach od tamtych wydarzeń, zadzwoniła do mnie sekretarka, która kiedyś pracowała w naszej placówce, z pytaniem, czy doktor Hew Len chciałby wziąć udział w spotkaniu zorganizowanym przez pracowników oddziału, z których większość jest już na emeryturze..... Odbędzie się ono za dwa tygodnie. Ciekawe, co się na nim wydarzy? Już nie mogę się doczekać kolejnych zadziwiających historii.*

*Pokój,*

*O. H.*

Wreszcie miałem swój dowód. Doktor Hew Len rzeczywiście dokonał cudów w trakcie swojej praktyki w szpitalu. Okazując wszystkim miłość i wyrozumiałość, wywołał przemianę u ludzi uznawanych za wyrzutków społeczeństwa, co do których nikt nie żywił już żadnych nadziei na poprawę.

Na tym polega potęga miłości.

Oczywiście to mi nie wystarczało.

Gdy skończyłem pierwszy szkic tej książki, wysłałem go doktorowi Hew Len do recenzji. Chciałem, żeby sprawdził, czy wszystko się zgadza. Oprócz tego poprosiłem go o wypełnienie luk w historii o jego pracy w szpitalu psychiatrycznym. Mniej więcej tydzień później doktor napisał do mnie następujący e-mail:

Ao Akua:

To jest poufna notka adresowana tylko i wyłącznie do Ciebie. Dotyczy ona rękopisu książki *Zero ograniczeń,* który mi przestałeś. Mam więcej komentarzy na jego temat, ale przedstawię je w późniejszych e-mailach.

— Skończyłeś — powiedziała Morrnah bez cienia empatii.

— Co skończyłem? — zapytałem.

— Skończyłeś pracę w Hawajskim Szpitalu Stanowym.

Mimo że tamtego lipcowego dnia 1987 roku wyczuwałem w jej głosie stanowczość, odparłem:

— Muszę najpierw złożyć dwutygodniowe wypowiedzenie.

Oczywiście nie zrobiłem tego. Wypowiedzenie okazało się niepotrzebne. Nikt w szpitalu mnie o to nie poprosił.

Nigdy nie wróciłem do szpitala; nie pojawiłem się nawet na pożegnalnym przyjęciu urządzonym na moją cześć. Moi przyjaciele bawili się beze mnie. Po przyjęciu zostawili prezenty pożegnalne w biurze Fundacji „Ja".

Ze wzruszeniem wspominam mój pobyt w placówce medycyny sądowej Hawajskiego Szpitala Stanowego. Zaprzyjaźniłem się z pracownikami personelu. W pewnym momencie — nawet nie wiem dokładnie, kiedy to się stało — ze zwykłego psychologa szpitalnego stałem się członkiem rodziny.

Przez trzy lata, 20 godzin w tygodniu, żyłem razem z pracownikami, pacjentami, regułami, zasadami, klikami, a także widzialnymi i niewidzialnymi sitami panującymi na oddziale.

Byłem tam wtedy, gdy izolatki, metalowe kajdanki, leki i inne formy kontroli były zwykłymi i powszechnie akceptowanymi metodami działania.

Bytem tam również wtedy, gdy izolatki nagle opustoszały, a kajdanki przestaty być potrzebne. Dlaczego? Nikt tego nie wie.

Zniknęła przemoc fizyczna i słowna — niemal całkowicie.

Jednocześnie u większości pacjentów zmniejszono dawki leków.

W pewnym momencie (nikt nie wie dokładnie, kiedy) pacjenci zaczęli opuszczać placówkę w celach rekreacyjnych lub do pracy. Nie zakładano im kajdanek i nie wymagano zgody lekarza na wyjście poza teren zakładu.

Transformacja całego oddziału z ogarniętego szaleństwem i pełnego napięcia na spokojny i opanowany zaszła bez żadnych świadomych starań w tym kierunku.

Transformacja oddziału z cierpiącego na niedobór pracowników na zatrudniający „nadmiar" pracowników zaszła równie niespodziewanie.

Chcę, żebyś zrozumiał, że byłem bliskim i aktywnym członkiem personelu. Nie stałem z boku.

To prawda, nie prowadziłem żadnych sesji terapeutycznych. Nie robiłem testów psychologicznych. Nie brałem udziału w zebraniach pracowników. Nie uczestniczyłem w konferencjach na temat poszczególnych pacjentów. Jednak nie zmienia to faktu, że byłem mocno zaangażowany w działalność całego oddziału.

Byłem na miejscu, gdy na oddziale zrealizowano pierwszy projekt zarobkowy: pieczenie ciasteczek na sprzedaż. Byłem na miejscu, gdy wprowadzono pierwsze zajęcia poza terenem placówki (mycie samochodów). Byłem na miejscu, gdy zrealizowano pierwszy program rekreacyjny poza terenem placówki.

Nie robiłem tego, co zwykli robić inni psychologowie na tym oddziale — nie dlatego, że uważałem te prace za bezcelowe, lecz po prostu nie czułem takiej potrzeby.

Za to chętnie spacerowałem po oddziale, bratem udział w pieczeniu ciasteczek, uprawiałem jogging razem z pacjentami i grałem z nimi w tenisa (zajęcia sportowe byty organizowane poza placówką szpitala).

Jednak najważniejsze jest to, że za każdym razem przed wizytą na oddziale, w jej trakcie, a także po jej zakończeniu oczyszczałem się — i robiłem to regularnie przez całe trzy lata. Oczyszczałem się ze wszystkiego, co działo się we mnie, a co było związane z moją pracą na oddziale, każdego ranka i wieczora, a także zawsze wtedy, gdy do głowy przyszła mi myśl w jakiś sposób związana ze szpitalem.

Dziękuję.
Kocham Cię.
Pokój od „Ja"
Ihaleakala

Bardzo mi się spodobało to wyjaśnienie. Z jednej strony ujawniało pokorę doktora Hew Len, a z drugiej pomogło mi zrozumieć, czym się zajmował, a czego nie robił podczas swojej praktyki w szpitalu psychiatrycznym.

Od razu poprosiłem go o zgodę na zamieszczenie tego e-maila w mojej książce, tak abym mógł się nim podzielić ze wszystkimi Czytelnikami. Odpisał jednym słowem — tym, na które czekałem; „Tak".

Wiem, że jeszcze wiele mogę się nauczyć od tego niezwykłego człowieka. Wspólnie postanowiliśmy, że poprowadzimy razem kilka seminariów i oczywiście zostaniemy współautorami tej książki. Teraz przynajmniej znałem już całą historię o tym, jak pomógł wyleczyć cały oddział psychicznie chorych przestępców. Osiągnął to w taki sam sposób, jak wszystko inne: pracując nad sobą. A jego metodę można streścić w dwóch prostych słowach: „Kocham Cię".

Nic nie stoi na przeszkodzie, żebyśmy Ty i ja również stosowali ten proces. Gdybym miał w kilku punktach podsumować unowocześnioną metodę Tożsamość poprzez Ho'oponopono, której naucza doktor Hew Len, wyglądałoby to tak:

1. Ciągle się oczyszczaj.
2. Realizuj pomysły, które przychodzą Ci do głowy, i wykorzystuj nadarzające się okazje.
3. Ciągle się oczyszczaj.

To wszystko. Być może jest to najkrótsza droga do sukcesu, jaką kiedykolwiek wymyślono. Stosowanie tej metody może oznaczać pójście po linii najmniejszego oporu. A wszystko zaczyna się i kończy na jednej magicznej frazie: „Kocham Cię".

*To właśnie* jest sposób na osiągnięcie *Stanu Zerowego.*

Tak — *kocham Cię.*



# Epilog

## *Trzy etapy przebudzenia*

*Mam do spełnienia na Ziemi dwa ważne zadania. Przede wszystkim jestem tu po to, żeby zmieniać świat na lepsze. Moim drugim obowiązkiem jest budzenie ludzi, którzy trwają w śpiączce. Prawie wszyscy są w śpiączce!* ***Jedynym sposobem na obudzenie tych ludzi jest praca nad samym sobą.***

**— dr Ihaleakala Hew Len**

Wczoraj pewien dziennikarz zapytał mnie: „Co zamierza pan osiągnąć w ciągu tego roku?".

Kiedyś przedstawiłbym mu swoje plany na najbliższą przyszłość. Opowiedziałbym mu o swoich marzeniach, celach i zamiarach. Wymieniłbym książki, które chcę napisać, i zwierzyłbym się z tego, co chcę zrobić, stworzyć lub kupić. Jednak od kiedy poznałem doktora Hew Len i spędziłem z nim trochę czasu, nie potrafię już wyznaczać celów, podejmować zamiarów ani robić planów na przyszłość. Dlatego odpowiedziałem dziennikarzowi zgodnie z prawdą: „Gdziekolwiek będę za rok, będzie to dużo lepsze od tego, co mogę sobie w tej chwili wyobrazić".

To zdanie ma dużo większą głębię, niż może się początkowo wydawać, ponieważ pochodzi ono z inspiracji. Moja odpowiedź zaskoczyła nawet mnie samego. Dzięki niej dowiedziałem się, gdzie obecnie znajduje się mój umysł — okazało się, że dużo bardziej interesuje mnie chwila *obecna* niż to, co zdarzy się potem. Gdy skupiam się na teraźniejszości, wszystkie momenty z przeszłości stają przede mną otworem, jak powiedziałem kiedyś doktorowi Hew Len: „Obecnie moją intencją jest uhonorowanie intencji Boskiej Mocy".

Kilka minut temu powtórzyłem mojemu przyjacielowi pytanie dziennikarza i moją pochodzącą z inspiracji odpowiedź. Bardzo mu się spodobała. Od kilku miesięcy razem ze mną stosuje ho'opono-pono i zna już odwieczną prawdę mówiącą, że pozbywając się własnego ego oraz jego pragnień, pozwalamy, żeby pokierowało nami *coś* dużo lepszego: Boska Moc.

To nowe postrzeganie świata jest częścią ożywienia, którego ostatnio doznałem. Oczywiście nie zdarzyło się to z dnia na dzień. Jednak dzięki powtarzaniu słów „Kocham Cię" i innych zwroty sugerowanych przez doktora Hew Len, zwiększyłem swoją świadomość — można powiedzieć, że doznałem przebudzenia, a może nawet samego oświecenia. Zrozumiałem, że aby się przebudzić, trzeba przejść co najmniej trzy etapy, które stanowią życiową mapę duchowej podróży. Oto one:

1. *Jesteś ofiarą.* Wszyscy od urodzenia borykamy się z poczuciem bezradności. Większość z nas nigdy nie wyzwala się z roli ofiary. Myślimy, że każdy chce nas dopaść: rząd, sąsiedzi, społeczeństwo i wszyscy inni źli ludzie, którzy na nas czyhają. Sądzimy, że nie mamy na nic wpływu. Nasze życie jest skutkiem działań innych ludzi. Narzekamy, biadolimy, protestujemy i zbieramy się w grupy, żeby pokonać tych, którzy nami rządzą. Za wyjątkiem sporadycznych miłych zdarzeń, takich jak impreza czy wypad za miasto, życie jest do bani.
2. *Masz kontrolę.* Nagle trafiasz na film taki jak *The Secret,* który kompletnie zmienia Twoje podejście do życia, albo czytasz książkę (na przykład *Moc Przyciągania* albo *The Magic of Believing),* która sprawia, że wreszcie czujesz swoją moc. Zaczynasz rozumieć potęgę intencji. Wierzysz w to, że możesz wyznaczyć sobie dowolny cel, a następnie podjąć odpowiednie działania, żeby go osiągnąć. Zaczynasz doświadczać magii w swoim życiu. Widzisz zaskakujące efekty. Twoje życie zaczyna robić się całkiem fajne.
3. *Doznajesz przebudzenia.* Jakiś czas po osiągnięciu etapu drugiego zdajesz sobie sprawę, że Twoje intencje Cię ograniczają. Przekonujesz się, że mimo korzystania ze swojej mocy nie jesteś w stanie wszystkiego kontrolować. Zauważasz, że gdy poddajesz się większej mocy, wokół Ciebie zaczynają dziać się cuda. Postanawiasz zaufać tej wyższej sile i dać jej wolną rękę. Zaczynasz coraz bardziej świadomie budować więź z Boską Mocą. Uczysz się rozpoznawać inspirację i ją realizować. Wiesz, że masz wybór, ale nie możesz kontrolować własnego życia. Zaczynasz rozumieć, że najwspanialszą rzeczą, jaką możesz zrobić, jest pogodzenie się z własnym życiem. Na tym etapie dzieją się cuda, które zadziwiają Cię na każdym kroku. Żyjesz w ciągłym stanie zdumienia, zaciekawienia i wdzięczności.

Ja osiągnąłem już trzeci etap — być może Ty również. Ponieważ przeszedłeś całą tę drogę razem ze mną, pozwól, że dokładniej opiszę Ci, jak wyglądało moje przebudzenie. W ten sposób pomogę Ci przygotować się na to, czego niedługo doświadczysz albo lepiej zrozumieć to, czego już doświadczasz.

Na pierwszym seminarium z doktorem Hew Len miałem przebłysk Boskiej Mocy. Dzięki kilku dniom spędzonym z doktorem udało mi się uciszyć głos, który brzęczał w mojej głowie. Zaakceptowałem wszystko. Poczułem spokój ponad wszelkie zrozumienie.

Miłość stała się moją mantrą — pieśnią, która bez przerwy rozbrzmiewała w moim umyśle.

Jednak ten przebłysk trwał dłużej.

Za każdym razem, gdy znajdowałem się w obecności doktora Hew Len, czułem spokój. Jestem pewien, że to był efekt kamertonu — ton doktora wyznaczał mój ton. Dzięki niemu odnalazłem spokój i harmonię.

Podczas drugiego seminarium zacząłem odczuwać *coś,* co niektórzy nazwaliby parapsychologicznymi

przebłyskami. Widziałem aury. Obserwowałem anioły krążące wokół ludzi. Odbierałem różne obrazy. Do dziś pamiętam niewidzialne koty owinięte wokół szyi Nerissy. Gdy opowiedziałem jej o tej wizji, uśmiechnęła się. Bez względu na to, czy obraz był prawdziwy, czy nie, z pewnością zmienił jej nastrój. Promieniowała radością.

Doktor Hew Len często widzi znaki zapytania unoszące się nad głowami ludzi. Dzięki temu wie, kogo wywołać do odpowiedzi w trakcie wykładu. Za każdym razem, gdy dostrzega niewidzialne symbole lub istoty, mówi: „Wiem, że to brzmi jak wariactwo. Za powtarzanie takich rzeczy można wylądować w zakładzie psychiatrycznym".

Oczywiście, ma rację, ale prawda jest taka, że jeśli ktoś dozna przebudzenia, nie może już się cofnąć. W trakcie pierwszego weekendu Poza Manifestację opowiadałem uczestnikom spotkania, jak wyglądają ich pola energetyczne. Wszyscy byli pełni zachwytu. Nie mogę powiedzieć, że to jest taki sam dar, jak otwarcie. Wcześniej nieużywana część mojego mózgu włączyła się i zaświeciła. Teraz moje oczy widzą, gdy tylko im na to pozwolę. Powiedziałem doktorowi Hew Len: „Mam wrażenie, że wszystko do mnie przemawia. Cały świat jest ożywiony". Uśmiechnął się porozumiewawczo.

Jeszcze przed drugim weekendem Poza Manifestację doznałem kolejnego oświecenia — poczułem obecność Boskiej Mocy. To tak, jakby otwarło się przede mną okno umożliwiające na moment zjednoczenie się ze źródłem życia. Trudno to wyjaśnić — równie dobrze mógłbym próbować opisać kwiat pochodzący z innej planety. Świadomość, że mógłbym zniknąć i doznać stanu, w którym nie ma żadnych ograniczeń, spowodowała we mnie istotną przemianę. To doświadczenie było dla mnie niczym papierek lakmusowy. Mogę do niego wracać i na nowo je przeżywać. Pod pewnymi względami jest to coś cudownego — taki bilet powrotny do stanu błogosławieństwa. Jednak nie mogę zapomnieć, że jest to również kolejne wspomnienie, które utrudnia mi pełne doświadczanie teraźniejszości. Jedyne, co mogę zrobić, to oczyszczać się.

Czasami, gdy jestem na spotkaniu, rozluźniam się i przestaję koncentrować wzrok na czymkolwiek — wtedy udaje mi się zobaczyć całą prawdę sytuacji. To tak, jakby czas się zatrzymał albo przynajmniej zwolnił swój bieg. Dzięki temu zaczynam widzieć skomplikowaną tkaninę życia wraz z jej wszystkimi niuansami. Mógłbym to porównać do delikatnego zeskrobania zewnętrznej warstwy obrazu i odkrycia prawdziwego arcydzieła, które się pod nią znajduje. Możesz to nazwać wizją parapsychologiczną, rentgenowską albo wizją Boskiej Mocy. Ja twierdzę, że Joe Vitale" (a nawet „Ao Akua") wchodzi w Stan Zerowy — tak widzą to moje oczy. Tu nie ma żadnych ograniczeń. Tu tylko *jest*. Nie ma chaosu, jest tylko czystość i jasność.

Nie trwam w tym stanie. Wciąż powracam do tak zwanej rzeczywistości. Wciąż muszę podejmować wyzwania. Gdy Lany King zapytał mnie, czy mam zły dzień, odpowiedziałem, że tak. Nadal go mam. Doktor Hew Len powiedział kiedyś, że nigdy nie pozbędziemy się problemów. Na szczęście jest ho'oponopono — technika, która pomaga je rozwiązać. Jeśli tylko będę stale się oczyszczał i powtarzał Boskiej Mocy „Kocham Cię", powrócę do Stanu Zerowego.

Jeśli chcielibyśmy jakoś określić sygnał Stanu Zerowego, byłoby to słowo „kochać". Ciągłe powtarzanie słów „Kocham Cię" pomaga nam odpowiednio się nastroić. W ten sposób neutralizujemy wspomnienia, programy, przekonania i ograniczenia, które stoją na drodze do naszego przebudzenia. Im bardziej się oczyszczam, tym bardziej jestem otwarty na czystą inspirację. A gdy działam zgodnie z tą inspiracją, zdarzają się cuda wspanialsze od tych, które kiedykolwiek mógłbym sobie wyobrazić. Wystarczy, że będę wytrwały w swoich staraniach.

Niektórzy ludzie sądzą, że słyszą inspirację, gdy uważnie wsłuchują się w ton głosów w swojej głowie. Kiedyś znajomy powiedział mi: „Umiem już rozpoznać różnicę między głosem mojego ego a głosem inspiracji — ego jest natarczywe, natomiast inspiracja jest dużo łagodniejsza".

Moim zdaniem jest to podejście zwodnicze. Zarówno głos, który brzmi szorstko, jak i ten, który jest łagodny i delikatny, pochodzą od ego. Nawet teraz, gdy czytasz te słowa, rozmawiasz ze sobą. Kwestionujesz to, co czytasz. Identyfikujesz się z tym głosem i sądzisz, że to Ty. To nieprawda. Boska Moc i inspiracja znajdują się *za* tymi głosami. Im więcej będziesz praktykował ho'oponopono, tym lepiej zrozumiesz, co jest inspiracją, a co nią nie jest.

Doktor Hew Len wciąż przypomina: „To nie jest ekspresowa metoda uzdrawiania. Ona wymaga czasu".

ja bym do tego jeszcze dodał, że przebudzenie może nastąpić w dowolnej chwili. Nawet teraz, gdy

czytasz tę książkę. Albo na spacerze. Albo gdy głaszczesz psa. Sytuacja nie ma znaczenia. Ważny jest tylko Twój stan wewnętrzny. Wszystko zaczyna się i kończy na tej jednej pięknej frazie:

„Kocham Cię".



DODATEK A

# Główne zasady Stanu Zerowego

***Pokój na zawsze, teraz, zawsze i na wieki.***

*Ka Maluhia no na wa a pau, no ke'ia wa a mau a mau ha aku.*

**1. Nie zawsze musisz wiedzieć, co się dzieje.**

Nie ma takiej możliwości, żebyś wiedział o *wszystkim,* co się dzieje w Tobie i wokół Ciebie, świadomie czy też nieświadomie. Twoje ciało i umysł regulują się w tej chwili, mimo że nie zdajesz sobie z tego sprawy. Powietrze jest pełne niewidzialnych sygnałów, od fal radiowych po różne formy myśli — a Twoja świadomość nie odbiera żadnego z nich. To prawda, że współtworzysz własną rzeczywistość, ale robisz to *nieświadomie,* nie mając nad tym żadnej kontroli. To dlatego możesz formułować same pozytywne myśli, a mimo to cierpieć niedostatek. Twój świadomy umysł niczego nie kreuje.

**2. Nie masz kontroli nad wszystkim.**

To oczywiste, że skoro nie wiesz o wszystkim, co się dzieje, nie możesz tego kontrolować. Tylko Twoje ego podpowiada Ci, że możesz rządzić światem. A skoro ono samo nie wie za dobrze, co się wokół Ciebie dzieje, zawierzenie mu nie jest zbyt mądrą decyzją. Masz wybór, ale nie masz kontroli. Możesz wybierać za pomocą swojego świadomego umysłu, czego chciałbyś doświadczać, ale nie jesteś w stanie decydować o tym, czy to osiągniesz — a jeśli tak, to kiedy i jak. Musisz się poddać.

**3. Możesz uzdrowić wszystko, co stanie Ci na drodze.**

Możesz uzdrowić wszystko, co pojawia się w Twoim życiu, bez względu na to, skąd się tam znalazło — wystarczy, że Twój „radar" to wykrył. Ujmijmy to tak: jeżeli możesz coś poczuć, możesz to uzdrowić. Jeśli widzisz u kogoś coś, co Cię martwi i niepokoi, możesz to uzdrowić. Oprah podobno powiedziała kiedyś: „Jeśli możesz coś zobaczyć, to jest twoje" (ang. *„If you can spot it, you've got it").* Być może nie masz pojęcia, dlaczego albo w jaki sposób coś znalazło się w Twoim życiu, ale najważniejsze, że jesteś tego świadomy. Im więcej rzeczy uzdrowisz, tym bardziej się oczyścisz, a uwolnioną w ten sposób energię będziesz mógł wykorzystać do manifestowania tego, czego pragniesz.

**4. Jesteś całkowicie odpowiedzialny za wszystko, czego doświadczasz.**

To, co się dzieje w Twoim życiu, nie jest Twoją winą, lecz Twoją odpowiedzialnością. Koncepcja osobistej odpowiedzialności wykracza poza to, co mówisz, robisz i myślisz. Obejmuje ona również to, co mówią, robią i myślą *inni* ludzie wokół Ciebie. Jeśli weźmiesz całkowitą odpowiedzialność za wszystko, co dzieje się w Twoim życiu, to każdy problem, który napotyka ktoś inny, staje się również Twoim problemem. Ta zasada jest ściśle związana z poprzednią, która mówi, że możesz uzdrowić wszystko, co znajdziesz na swojej drodze. Krótko mówiąc, nie możesz obwiniać nikogo ani niczego za Twoją rzeczywistość. Jedyne, co możesz zrobić, to wziąć na siebie odpowiedzialność, czyli zaakceptować tę rzeczywistość, posiąść ją i pokochać. Im więcej rzeczy uzdrowisz, tym bliżej źródła się znajdziesz.

**5. Twoim biletem do strefy zerowej jest powtarzanie stów „Kocham Cię".**

Przepustką, która da Ci pokój ponad wszelkie zrozumienie, od uzdrowienia po manifestację, jest prosta fraza „Kocham Cię". Powtarzając te słowa Boskiej Mocy, oczyszczasz się, a dzięki temu możesz doświadczać cudu danej chwili: strefy zerowej pozbawionej jakichkolwiek ograniczeń. Masz jedno zadanie: musisz wszystko pokochać — swoją nadwagę, uzależnienia, problematyczne dziecko, sąsiada i partnera; pokochaj ich wszystkich. Miłość przemienia zablokowaną energię i uwalniają. Mówiąc „Kocham Cię", otwierasz wrota sezamu, w którym możesz bezpośrednio doświadczać obecności Boskiej Mocy.

**6. Inspiracja jest ważniejsza od intencji.**

Intencja (zamiar) jest zabawką dla umysłu; inspiracja to wytyczna pochodząca od Boskiej Mocy. W pewnym momencie poddajesz się i zaczynasz słuchać, zamiast prosić i czekać na efekty. Intencje to próby kontrolowania życia, które są oparte na ograniczonych horyzontach ego; inspiracje to polecenia pochodzące od Boskiej Mocy, które Ty posłusznie wykonujesz. Intencje przynoszą rezultaty; inspiracje przynoszą cuda. Które wolisz?



DODATEK B

# Jak uzdrowić Siebie samego (lub kogokolwiek Innego) i zdobyć zdrowie, bogactwo oraz szczęście

Oto dwa sprawdzone sposoby ho'oponopono na uzdrawianie siebie lub kogoś innego. Pamiętaj, że to, co widzisz w drugiej osobie, jest również w Tobie, dlatego każde uzdrawianie obejmuje również Ciebie. Tylko Ty możesz przeprowadzić ten proces. Cały świat jest w Twoich rękach.

Pierwszy sposób to modlitwa, dzięki której Morrnah wyleczyła setki, jeśli nie tysiące ludzi. Jest prosta, lecz ma wielką moc:

> Boski Stwórco, ojcze, matko i synu w jednym... Jeśli ja, moja rodzina, krewni i przodkowie uraziliśmy Ciebie, Twoją rodzinę, krewnych oraz przodków w myślach, słowach, uczynkach i działaniach, kiedykolwiek od początków stworzenia aż do dnia dzisiejszego, błagamy Cię o przebaczenie... Niech to oczyści, zmyje, uwolni, przetnie wszystkie negatywne wspomnienia, blokady, energie i wibracje i przemieni je w czyste światło... A wszystko się stanie.

Drugi sposób to ulubiona metoda uzdrawiania doktora Hew Len. Polega ona na tym, że najpierw mówisz „Przepraszam", a potem „Wybacz mi, proszę". W ten sposób dopuszczasz do swojej świadomości fakt, że coś (nie wiesz dokładnie, co) dostało się do Twojego systemu ciało-umysł. Nie masz pojęcia, jak się tam znalazło. Powiedzmy, że masz nadwagę — oznacza to, że złapałeś program, który negatywnie wpływa na Twoją figurę. Mówiąc „Przepraszam", dajesz znać Boskiej Mocy, że pragniesz przebaczenia dla swojego wnętrza za to, co na Ciebie sprowadziło. Nie prosisz Boską Moc o przebaczenie, lecz o to, żeby pomogła Ci wybaczyć *samemu sobie.*

Kolejnym etapem jest powtarzanie słów „Dziękuję" i „Kocham Cię". Mówiąc „Dziękuję", wyrażasz swoją wdzięczność i okazujesz wiarę w to, że Twój problem zostanie rozwiązany w imię najwyższego dobra wszystkich zainteresowanych. Natomiast słowa „Kocham Cię" odblokowują nagromadzoną energię i pozwalają Ci na nowo zjednoczyć się z Boską Mocą. Stan Zerowy to stan pełen miłości, w którym nie ma żadnych ograniczeń, dlatego aby go osiągnąć, trzeba otwarcie wyrazić to uczucie.

To, co się wydarzy później, leży już w gestii Boskiej Mocy. Możliwe, że poczujesz inspirację do określonego działania. Bez względu na to, co to będzie, zrób to. Jeśli nie będziesz pewien, co powinieneś zrobić, zastosuj tę samą metodę uzdrawiania, co poprzednio, tym razem wobec Twojego zakłopotania. Kiedy całkowicie się oczyścisz, będziesz wiedział, co robić.

To jest uproszczona wersja zmodernizowanych metod uzdrawiania ho'oponopono. Jeśli chcesz lepiej zrozumieć proces Tożsamości poprzez Ho'oponopono, zapisz się na warsztaty *{*www. hooponopono*. org). ]eśli* natomiast chciałbyś dowiedzieć się czegoś więcej na temat mojej współpracy z doktorem Hew Len, wejdź na www. zero*limits. info.*



DODATEK C

# Kto tu *rządzi?*

*Dr Ihaleakala Hew Len*

Dziękuję, że przeczytałeś tę książkę i dotarłeś aż tutaj. Jestem Ci wdzięczny. Uwielbiam Tożsamość Ho'oponopono i moją drogą Morrnah Nalamaku Simeona, Kahuna Lapa'au, która tak chętnie podzieliła się ze mną swoją wiedzą w listopadzie 1982 roku.

Ten artykuł powstał na bazie moich przemyśleń, które zapisywałem w notatniku w 2005 roku.

9 stycznia 2005
Problemy można rozwiązać, **nie mając zielonego pojęcia, co się dzieje!** Kiedy to zrozumiałem i doceniłem, poczułem prawdziwą ulgę i radość.

Tożsamość Ho'oponopono koncentruje się na rozwiązywaniu problemów, **które jest jednym z głównych celów naszego istnienia.** Aby rozwiązać problem, trzeba odpowiedzieć na dwa pytania:

1. „Kim jestem?" oraz
2. „Kto tu rządzi?".

Zrozumienie natury kosmosu zaczyna się od myśli Sokratesa: „Poznaj siebie".

21 stycznia 2005 Kto tu rządzi?
Większość ludzi, włącznie z przedstawicielami świata nauki, traktuje świat jak fizyczny obiekt. Doskonałym przykładem takiego postrzegania świata są prowadzone obecnie badania DN A mające na celu zidentyfikowanie przyczyn chorób serca, raka i cukrzycy, a także wynalezienie lekarstwa na te dolegliwości.

**Związki przyczynowo-skutkowe: Model fizyczny**

| **Przyczyna** | **Skutek** |
|---|---|
| Błędy w DNA | Choroba serca |
| Błędy w DNA | Rak |
| Błędy w DNA | Cukrzyca |
| Fizyczna | Problemy fizyczne |
| Fizyczna | Problemy środowiskowe |

Intelekt **(Świadomy Umysł)** wierzy, że potrafi rozwiązać problem i że kontroluje to, czego doświadczasz.

Dziennikarz naukowy Tor Norretranders w swojej książce **The User Illusion: Cutting Consciousness Down to Size** prezentuje zupełnie inny obraz Świadomości. Przytacza wyniki badań (między innymi profesora Benjamina Libeta z Uniwersytetu Kalifornijskiego w San Francisco), które dowodzą, że decyzje są podejmowane zanim zrobi to Świadomość. Intelekt nie zdaje sobie z tego sprawy i sądzi, że to on decyduje.

*Norretranders* cytuje również badania, które wykazały, że Intelekt jest w stanie *przyswoić* tylko *15 - 20 z* milionów informacji, które bombardują go w każdej sekundzie. Pozostałe w ogóle nie przekraczają progu świadomości!

Jeśli to nie Intelekt, nie Świadomość rządzi, to, kto?

8 lutego 2005
Powracające wspomnienia **decydują** o tym, czego doświadcza Podświadomy Umysł.

Podświadomość w *sposób* wtórny doświadcza powracających wspomnień, **naśladując** je i **powtarzając.** Zachowuje się tak, jak **dyktują** jej wspomnienia, widzi i czuje to, co one chcą, i podejmuje decyzje zgodnie z ich wytycznymi. Świadomość także poddaje się dyktaturze powracających wspomnień, nie zdając sobie z tego sprawy. Badania wykazały, że *to* wspomnienia decydują o tym, czego doświadcza świadomość.

**Związki przyczynowo-skutkowe: *Tożsamość Ho'oponopono***

| **Przyczyna** | **Skutek** |
|---|---|
| Wspomnienia powracające w Podświadomości | Fizyczny — choroba serca |

| | |
|---|---|
| Wspomnienia powracające w Podświadomości | Fizyczny — rak |
| Wspomnienia powracające w Podświadomości | Fizyczny — cukrzyca |
| Wspomnienia powracające w Podświadomości | Problemy fizyczne — ciało |
| Wspomnienia powracające w Podświadomości | Problemy fizyczne — świat |

Ciało i świat rezydują w Podświadomości — są one rezultatem powracających wspomnień i rzadko przyjmują postać Inspiracji.

23 lutego 2005

Podświadomość i Świadomość, tworzące razem Dusze, nie generują własnych pomysłów, myśli, uczuć ani działań. *Jak* wspomniano wcześniej, ich doświadczenia mają charakter wtórny i są skutkiem powracających wspomnień lub Inspiracji.

Lecz ludzie nieraz też interpretują Dziwne zjawiska na swój ludzki sposób, Daleki od ich rzeczywistych przyczyn[1]

William Szekspir

Musimy zdać sobie sprawę, że Dusza nie generuje tego, czego doświadcza, lecz widzi to, *co* widzą wspomnienia, czuje to, *co* czują wspomnienia, zachowuje się tak jak one i podejmuje takie decyzje jak one. Albo (lecz to dzieje się dużo rzadziej) widzi i czuje *io,* co Inspiracja, zachowuje się tak, jak chce Inspiracja, i podejmuje decyzje zgodnie z jej wytycznymi.

Jeśli chcemy rozwiązać jakiś problem, musimy zrozumieć, że jego przyczyną nie jest ciało ani świat — to efekt, konsekwencja wspomnień powracających w Podświadomości! Kto tu rządzi?

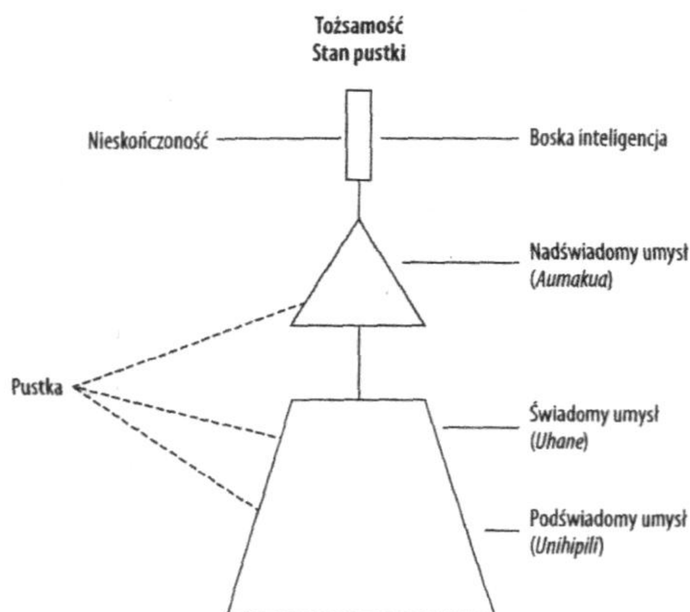
Nieszczęsna duszo, centrum grzesznej Ziemi ciała, Wodzu, osaczon ciasno przez pułk zbuntowany, Czemu usychasz w domu, jakbyś głód cierpiała, A drogą farbą z zewnątrz przyozdabiasz ściany?[2]

William Szekspir, Sonet 14-6

[1] William Shakespeare, *Juliusz Cezar*, przekł. Stanisław Barańczak, W drodze, Poznań 1993.
[2] William Shakepeare, *Sonety*, przekl. Stanisław Barańczak, Wydawnictwo a5, Poznań 1993.

**12** marca 2005

**Fundamentem** Tożsamości, fmysłu i kosmosu jest **Pustka. To stan, który poprzedza** natchnienie Podświadomego Umysłu inspiracja przez Boską Inteligencję (zobacz rysunek C1. ).




**RYSUNEK C.1.** Stan pustki

Wszyscy naukowcy wiedza, że kosmos powstał z niczego i do takiego samego stanu kiedyś powróci. Wszechświat zaczyna się od zera i na nim się kończy.
Charles Seife, **Zero: The Biography *of* a Dangerous Idea**

Powracające wspomnienia wypierają Pustkę Tożsamości, uniemożliwiając w ten sposób manifestację Inspiracji. Aby to naprawić i na nowo przywrócić Tożsamość, należy przemienić wspomnienia w pustkę na drodze **przeobrażenia** dokonanego przez Boską inteligencję.

Oczyszczaj się, wymazuj, wymazuj i znajdź swoje własne Sbangri-la. Gdzie? W sobie.
Morrnah Nalamaku Simeona, Kahuna Lapa'au

Kamienna wieża, wał kuty ze spiżu, Duszny loch, -łańcuch z grubego żelaza: Nic się nie *oprze naporowi* ducha. [3]
William Szekspir, dramatopisarz

22 marca 2005
Istnienie jest darem od Boskiej inteligencji. **Jedynym celem** tego *daru* jest przywrócenie Tożsamości poprzez rozwiązanie problemu. **Tożsamość Ho'oponopono** to zaktualizowana wersja starożytnego hawajskiego *procesu* rozwiązywania problemów, który opiera się na **żalu, wybaczeniu i przeobrażeniu.**

Nie sadźcie, a nie będziecie sadzeni. Nie potępiajcie, a nie będziecie potępieni. Odpuszczajcie, a będzie wam odpuszczone.

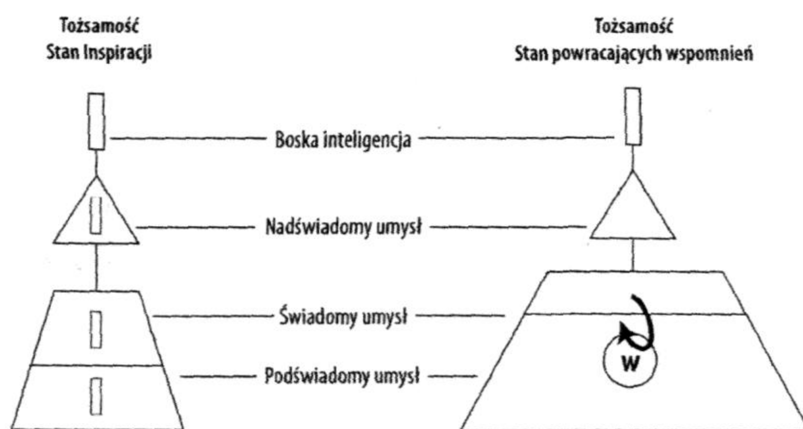
Jezus w Ewangelii wg św. Łukasza (6)

**Ho'oponopono** wymaga całkowitej współpracy wszystkich czterech elementów Tożsamości: Boskiej Inteligencji, Nadświadomości, Świadomości i Podświadomości, tak aby stały się one jednością. Każdy z tych elementów ma swoja rolę do odegrania w procesie rozwiązywania problemów, które biora się z powracających wspomnień w Podświadomości.

[3] William Shakespeare Juliusz *Cezar,* przekł. Stanisław Barańczak, W drodze, Poznań 1993.

**Nadświadomy** umysł jest wolny *od* wspomnień, które stale powracają w Podświadomości. Stanowi on jedność z Boską Inteligencją. Jednak ta przemieszcza się — a on razem z nią.

Tożsamość **działa w oparciu o Inspirację i wspomnienia.** W danym momencie tylko jedno z nich — Inspiracja albo wspomnienia — *może* rządzić Podświadomym *umysłem.* Dusza Tożsamości służy tylko jednemu władcy naraz — zazwyczaj jest to kolec (wspomnienia), a nie róża (Inspiracja). Zobacz rysunek C2.




**RYSUNEK C.2.** Stan Inspiracji i Stan powracających wspomnień

30 kwietnia 2005

*Jestem* konsumentem własnej niewoli. John Clare, poeta

Pustka to **wspólny mianownik,** korektor wszystkich Tożsamości, zarówno tych „ożywionych", jak i „nieożywionych". Jest to wieczny, niezniszczalny fundament całego kosmosu, widzialnego i niewidzialnego.

Uważamy następujące prawdy za oczywiste: że wszyscy ludzie [wszystkie formy życia] stworzeni są równymi (... )

— Thomas Jefferson, Deklaracja Niepodległości Stanów Zjednoczonych

Powracające wspomnienia wypierają wspólny mianownik *Tożsamości,* usuwając Puszę fmysłu z jej naturalnej pozycji Pustki i Nieskończoności. Mimo że wspomnienia wypierają Pustkę, nie *mogą* jej zniszczyć. Bo jak zniszczyć nic?

Żaden dom wewnętrznie skłócony nie ostoi się.

Abraham Lincoln

5 maja 2005

Bycie Tożsamością chwila *po* chwili wymaga **nieustannego Ho'oponopono.** Podobnie jak wspomnienia, **nieustanne Ho'oponopono nigdy nie robi sobie wolnego. Nieustanne Ho'oponopono nigdy nie udaje się na spoczynek. Nigdy nie śpi. Nigdy nie *może* się zatrzymać, ponieważ...**

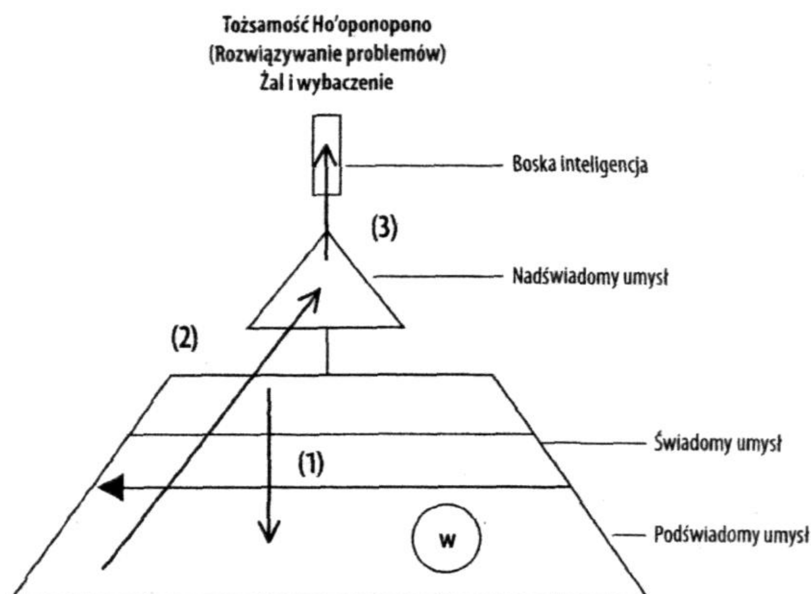
... gdy jest ci d®brze i czujesz się jak w niebie,

nieznane zło **[powracające wspomnienia]** czyha na ciebie!

Geofirey Chaucer, **Opowieści** kanterberyjskie

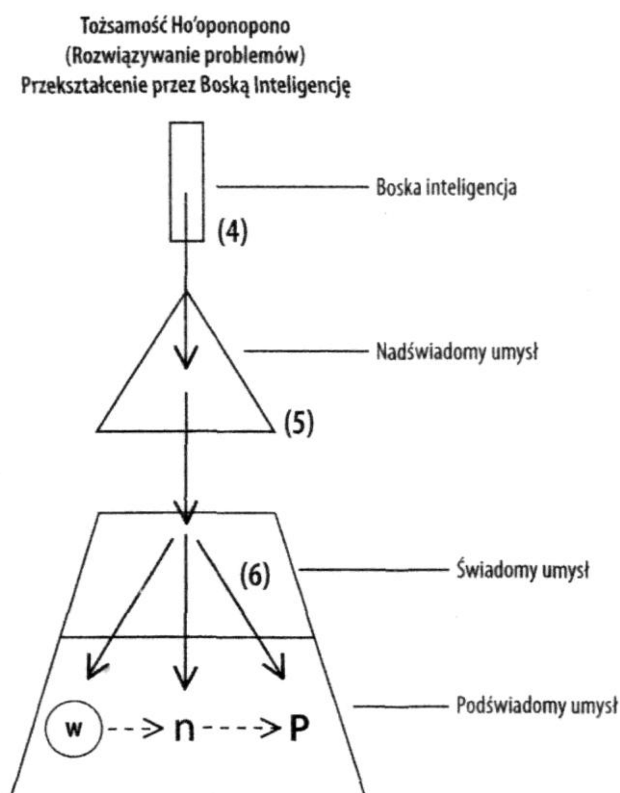
*U* maja 2005

Świadomy Umysł *może* zainicjować proces Ho'oponopono, aby uwolnić wspomnienia. Może jednak zrobić również coś zupełnie innego: wykorzystać wspomnienia w procesach myślenia i obwiniania (zobacz rysunek C. 3. ).




**RYSUNEK C.3.** Żal i wybaczenie

1. Świadomy umysł inicjuje proces rozwiązywania problemów Ho'oponopono, prosząc Boską Inteligencję o przekształcenie wspomnień w Pustkę. Zdaje sobie sprawę z tego, że problemem są powracające wspomnienia w Podświadomości i że on jest za nie całkowicie odpowiedzialny. Prośba kierowana do Boskiej Inteligencji przenoszona jest w **dół,** ze Świadomego umysłu do Podświadomości (zobacz rysunek C. 4. ).
2. Przeniesienie prośby w **dół** do Podświadomego umysłu delikatnie przygotowuje wspomnienia na przekształcenie. Następnie prośba wraca do góry — z Podświadomości do Nadświadomości.
3. Nadświadomy umysł analizuje prośbę i dokonuje odpowiednich zmian. Ponieważ jest on zawsze w harmonii z Boską Inteligencją, ma zdolność do dokonywania ocen i przeprowadzania zmian.




RYSUNEK C. 4. Przekształcenie przez Boską Inteligencję

Następnie prośba jest wysyłana do Boskiej Inteligencji, aby ta *fe* ostatecznie rozważyła.

4. Po przeanalizowaniu prośby wysłanej przez Nadświadomy umysł, Boska Inteligencja wysyła do niego przemieniając energię.
5. Przemieniająca energia płynie z Nadświadomości do Świadomości.
6. Następnie przemieniająca energia spływa w dół ze Świadomości do Podświadomości. **Przemieniająca energia najpierw neutralizuje wybrane wspomnienia, uwolniona w ten sposób energia jest magazynowana, a w jej miejscu powstaje Pustka.**

12 czerwca 2005

Myślenie i obwinianie *to* powracające wspomnienia *(zobacz* rysunek C. 2. ).

Dusza może poczuć inspirację Boskiej Inteligencji, nie zdając sobie z tego sprawy. Jedynym warunkiem, aby poczuć Inspirację — Boska^ twórczość — jest to, aby Tożsamość była Tożsamością. A to z kolei wymaga **nieustannego** oczyszczania się ze wspomnień.

**Wspomnienia to nieodłączni towarzysze Podświadomego umysłu. Nigdy nie pozwolą mu zrobić sobie wolnego. Nigdy nie pozwolą mu udać się na spoczynek. Wspomnienia nigdy nie przestają powracać!**

*gdy jest ci dobrze i czujesz się jak w niebie, nieznane zło czyha na ciebie!*

*Geoffrey Chaucer,* ***Opowieści kanterberyjskie***

Aby raz na zawsze uporać się ze wspomnieniami, trzeba je wyczyścić do zera.

Był rok 1971, stan Iowa, gdy zakochałem się po raz drugi. Wtedy urodziła się moja córka, droga M.

Obserwując moja^ żonę, jak opiekowała się M., czułem coraz większa miłość do nich obu. Teraz miałem dwie cudowne osoby do kochania.

Tamtego lata, po ukończeniu uzupełniających studiów magisterskich w ftah, musieliśmy razem z żon^ dokonać ważnego wyboru: wrócić do domu na Hawajach czy kontynuować naukę w Iowa.

Gdy zamieszkaliśmy w Hawkeye State[4], od razu napotkaliśmy dwie przeszkody. Po pierwsze, od chwili, gdy przywieźliśmy M. do domu ze szpitala, mała bez przerwy płakała!

Po drugie, akurat trafiliśmy na najbardziej srogą zimę stulecia w Iowa. Przez wiele tygodni każdego ranka musiałem kopniakiem wyważać drzwi, żeby wydostać się z domu, a potem młotkiem skuwać lód narosły w ciągu nocy po zewnętrznej stronie drzwi.

Gdy M. miała kilka miesięcy, na jej kocyku zauważyliśmy ślady krwi. Dopiero teraz, gdy to piszę, zdałem sobie sprawę, że jej ciągły płacz był wynikiem problemów dermatologicznych, które zdiagnozowano u niej jakiś czas później.

Przepłakałem wiele nocy, bezradnie obserwując, jak M. drapie się w niespokojnym śnie Nawet leki sterydowe nie przynosiły jej żadnej ulgi.

Gdy M. miała trzy lata, z jej zgięć w łokciach i kolanach ciągle sączyła się krew. Miała również krwawe pęknięcia wokół stawów na palcach dłoni i stóp. Wewnętrzne części rąk oraz szyję pokrywała gruba, twarda powłoka skóry.

Dziewięć lat później, gdy wróciliśmy na Hawaje, pewnego dnia jechałem do domu z M. i jej siostrą. Nagle, zupełnie nie wiem czemu, zawróciłem samochód i pojechałem do mojego biura na Waikiki.

— Och, przyjechaliście mnie odwiedzić — powiedziała cicho Morrnah, gdy zobaczyła naszą trójkę u progu swojego biura.

Przeglądając papiery leżące na stole, zerknęła na M.

— Chcesz mnie o coś zapytać? — powiedziała łagodnie.

M. wyciągnęła do przodu ręce, pokazując wyryte na nich lata bólu i cierpienia.

Hawkeye State to przydomek stanu Iowa —*przyp. tłum.*

— Dobrze — powiedziała Morrnah i zamknęła oczy.

Co zrobiła Morrnah? Autorka Tożsamości Ho'oponopono zastosowała Tożsamość Ho'oponopono. Rok później, po trzynastu latach krwawienia, zabliźniania ran, bólu i cierpienia, M. wreszcie odstawiła leki.

— student Tożsamości Ho'oponopono

30 czerwca 2005

Celem życia jest bycie Tożsamości! na podobieństwo Tożsamości będącej Pustką i Nieskończonością, stworzonej przez Boską Moc.

Wszystko, czego w życiu doświadczamy, to skutki powracających wspomnień oraz Inspiracji. Depresja, myśli, obwinianie, bieda, nienawiść, urazy i żal to „przed-opłakiwane lamenty", jak je określił Szekspir w jednym ze swoich sonetów.

Świadomy umysł ma wybór: może zainicjować nieustanne oczyszczanie albo pozwolić, żeby

problematyczne wspomnienia wciąż powracały.

12 *grudnia* 2005
Świadomość działająca w pojedynkę jest obojętna na najcenniejszy dar Boskiej Inteligencji: Tożsamość. Nie wie, w czym tkwi problem. Skutkiem tej niewiedzy są nieskuteczne próby rozwiązania tego problemu. Biedna Dusza jest skazana na niekończący się, niepotrzebny żal, wypełniający jej całą egzystencję. Jakie to smutne.

Świadomy umysł musi przebudzić się na dar Tożsamości, będący „bogactwem ponad wszelkie zrozumienie".

Tożsamość jest wieczna i niezniszczalna, tak samo jak jej Twórca — Boska Inteligencja. Konsekwencją niewiedzy jest fałszywa rzeczywistość pełna niepotrzebnej i nieustającej biedy, chorób, wojen i śmierci, pokolenie za pokoleniem.

24 grudnia 2005
Świat fizyczny jest odzwierciedleniem wspomnień i inspiracji, które wypełniają Duszę Tożsamości. Jeśli zmienisz stan Tożsamości, świat fizyczny również ulegnie zmianie.

Kto *tu rządzi:* inspiracje czy *powracające* wspomnienia? Wybór należy do Świadomego umysłu.

7 lutego 2006 (przeskok do roku 200Ó)
Oto cztery procesy rozwiązywania problemów Tożsamości Ho'opo-nopono, które można zastosować w celu przywrócenia Tożsamość poprzez usunięcie problematycznych wspomnień powracających w Podświadomości:

1. **„Kocham Cię".** Kiedy Dusza doświadcza problematycznych powracających wspomnień, powiedz do nich w myślach: „Kocham was, drogie wspomnienia. Jestem wdzięczny, że mogę was wszystkie uwolnić z siebie i ze mnie". Fraza „Kocham Cię" może być powtarzana wielokrotnie. *Wspomnienia* nigdy *nie* zrobi-sobie wolnego ani nie udadzą się na spoczynek, dopóki Ty nie zarządzisz inaczej. Możesz mówić „Kocham Cię" nawet wtedy, gdy nte jesteś świadomy swoich problemów — na przykład przed wykonaniem lub odebraniem telefonu albo przed udaniem się w podróż.

    Miłujcie swoich wrogów, dobrze czyńcie tym, którzy wami gardzą.

    Jezus w Ewangelii wg św. Łukasza (6)

2. **„Dziękuję".** Ten proces można stosować wspólnie albo zamiennie z „Kocham Cię". Podobnie jak w *poprzednim przypadku, słowa* te można powtarzać w myślach wielokrotnie.
3. **Błękitna Słoneczna Woda.** Picie dużych ilości wody *to* wspaniały *sposób* na rozwiązywanie problemów, zwłaszcza jeśli jest to Błękitna Słoneczna Woda. Znajdź niebieska szklana butelkę z niemetalowa zakrętka. Wlej do niej wodę z kranu. Postaw błękitna butelkę na *słońcu* albo pod jarzącą się lampą (nie fluorescencyjną) na co najmniej godzinę. W taki *sposób* nasłonecznioną wodę możesz użyć *do* różnych celów. Wypij ją. używaj jej do gotowania. Opłukuj nią ciało po kąpieli lub prysznicu. Warzywa i owoce bardzo lubią być myte w Błękitnej Słonecznej Wodzie! Podobnie jak w przypadku procesów „Kocham Cię" i „Dziękuję", błękitna słoneczna woda *usuwa* powracające problematyczne wspomnienia z Podświadomości. Pij więc!
4. **Truskawki i jagody-** Te owoce wymazują wspomnienia. Można je jeść świeże lub *suszone.* Równie dobre są pod *postacią* dżemów, galaretek, a nawet syropu na lodach!

27 grudnia 2005 (powrót do roku 2005)
Kilka miesięcy temu wpadłem na pomysł stworzenia „mówiącego" słownika, który będzie zawierał wszystkie najważniejsze „znaki" Tożsamości Ho'oponopono. Proponuję, żebyś w wolnej chwili zapoznał się z każdym z nich.

Tożsamość: *Jestem* Tożsamością. Składam się z czterech elementów: Boskiej Inteligencji, Nadświadomości, Świadomości i Podświadomości. Moje fundamenty — Pustka i Nieskończoność — są dokładna repliką- Boskiej Inteligencji.

Boska **Inteligencja:** Jestem Boską Inteligencją. Jestem nieskończona. Tworzę Tożsamości i Inspiracje. Przekształcam wspomnienia w Pustkę.

Nadświadomy umysł: Jestem Nadświadomym umysłem. Sprawuję nadzór nad Świadomością i Podświadomością. Odbieram prośby Ho'oponopono kierowane przez Świadomość do Boskiej Inteligencji i dokonuję odpowiednich zmian. Wspomnienia powracające w Podświadomości nie mają na mnie żadnego wpływu. Zawsze stanowię jedność z Boskim Twórca.

**Świadomy umysł:** *Jestem* Świadomym umysłem. Mam dar wyboru. Mogę pozwolić, żeby nieustanne wspomnienia decydowały o tym, czego doświadczam ja i Podświadomość albo zainicjować ich uwolnienie za pomoce nieustannego Ho'oponopono. Mogę prosić Boską Inteligencję o wskazówki.

**Podświadomy umysł:** Jestem Podświadomym umysłem. Przechowuję wszystkie wspomnienia *nagromadzone* od początku stworzenia. Jestem miejscem, w którym doświadczenia są odbierane jako powracające wspomnienia lub Inspiracje. Jestem miejscem, w którym przebywa ciało i świat pod postacią powracających wspomnień i Inspiracji. *Jestem* miejscem, w którym przebywają problemy pod postacią powracających wspomnień.

**Pustka:** Jestem Pustką. Jestem fundamentem *Tożsamość* i Kosmosu. To we mnie kiełkują Inspiracje pochodzące od Boskiej Inteligencji, Nieskończoności. Wspomnienia powracające w Podświadomości wypierają mnie, ale nie mogą mnie

zniszczyć i zablokować przepływu Inspiracji od Boskiej Inteligencji.

**Nieskończoność:** Jestem Nieskończonością, Boską Inteligencją. Inspiracje wychodzą ze mnie niczym delikatne róże i przenoszą się do Pustki Tożsamości, gdzie są wypierane przez kolce wspomnień.

**Inspiracja:** Jestem Inspiracją. Jestem tworem Nieskończoności, Boskiej Inteligencji. Manifestuję się z Pustki do Podświadomości. Jestem doświadczana jako całkowicie nowe wydarzenie.

**Wspomnienie:** Jestem wspomnieniem. Jestem zapisem doświadczeń z przeszłości przechowywanym w Podświadomości. Gdy ktoś mnie uruchomi, odgrywam na nowo doświadczenia z przeszłości.

**Problem:** Jestem problemem. Jestem wspomnieniem, które wciąż na nowo odgrywa doświadczenia z przeszłości w Podświadomym umyśle.

**Doświadczenie:** Jestem doświadczeniem. Jestem skutkiem powracających wspomnień lub Inspiracji w Podświadomym umyśle.

**System Operacyjny:** Jestem systemem operacyjnym. Zarządzam Tożsamością oraz Pustką, inspiracją i Wspomnieniami.

**Ho'oponopono:** Jestem Ho'oponopono. Jestem starożytnym hawajskim procesem rozwiązywania problemów zaktualizowanym na dzisiejsze potrzeby przez Morrnah Nalamaku Simeona, Kahuna Lapa'au, odznaczoną w 1983 roku tytułem Żyjącego Skarbu Hawajów. Składam się z trzech elementów: żalu, wybaczenia i przeobrażenia. Jestem prośbą kierowaną przez Świadomy umysł do Boskiej Inteligencji o uwolnienie wspomnień i przywrócenie Tożsamości. Zaczynam sie w Świadomości.

**Żal:** Jestem żalem. Jestem początkiem procesu Ho'oponopono zainicjowanego przez Świadomy umysł, który skierował do Boskiej Inteligencji prośbę o przekształcenie wspomnień w Pustkę. We mnie Świadomość uznaje swoją odpowiedzialność za problematyczne wspomnienia powracające w Podświadomości — za ich stworzenie, zaakceptowanie i zgromadzenie.

**Wybaczenie:** Jestem wybaczeniem. Wspólnie z Żalem stanowię prośbę skierowaną przez Świadomy umysł do Boskiego Stwórcy o przekształcenie wspomnień przechowywanych w Podświadomości w Pustkę. Pogrążony w żalu Świadomy umysł prosi Boską Inteligencję o wybaczenie.

**Przeobrażenie:** Jestem przeobrażeniem. Boska Inteligencja wykorzystuje mnie do tego, żeby zneutralizować i uwolnić wspomnienia przechowywane w Podświadomym umyśle, przekształcając je w Pustkę. Tylko Boska Inteligencja może mnie używać.

**Bogactwo:** Jestem bogactwem. Jestem Tożsamością.

**Bieda:** Jestem biedą. Jestem powracającymi wspomnieniami. Wypieram Tożsamość, uniemożliwiając przedostanie się Inspiracji pochodzących od Boskiej Inteligencji do Podświadomego umysłu!

Zanim zakończę tę wizytę u Ciebie, pragnę Cię poinformować, że przeczytanie tego załącznika spełnia wymóg uczestnictwa w piątkowym wykładzie, który rozpoczyna weekendowe szkolenie Ho'opo-nopono.

Życzę Ci Pokoju ponad wszelkie zrozumienie.
O *Ka Maluhia no me oe.*
Niech Pokój będzie z Tobą
doktor Ihaleakala Hew Len
Prezes honorowy
The Foundation of I, Inc. Freedom of the Cosmos